

AUTOPERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL ENTRE UNIVERSITARIOS: UMA ANÁLISE COMPARTIVA

Laura Cristina Cuvello Lopes¹, Claudenira Silva Ruiz², Maria do Socorro Alves²,
Michele E. Alves Costa², Sue Ellen Rodrigues Maia², Denize Marroni³

RESUMO

A insatisfação com o corpo se apresenta tanto no gênero feminino quanto no masculino. O presente estudo tem por objetivo avaliar e comparar a autopercepção da imagem corporal entre estudantes dos cursos de Educação Física (EF) e Administração (ADM) de um Centro Universitário da cidade de São Paulo. Trata-se de um estudo exploratório descritivo quantitativo. Para a avaliação da imagem corporal foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34), validado por Cooper e colaboradores (1987), disponível na versão em português (Cordas e Castilho, 1994). A amostra foi composta por 47 e 57 alunos dos cursos de EF e ADM respectivamente, que forneceram dados de estatura, peso corporal atual e desejado. Os resultados do BSQ apontaram que, no curso EF, 12,5% (n=6) apresentou distorção de imagem, já no curso ADM este valor foi de 21,0% (n=12). O desejo de um peso corporal diferente do atual foi referido por 77% da amostra, onde 39,5% dos estudantes gostariam de pesar menos e 37,5% gostariam de pesar mais. Quando comparados os cursos, em nenhuma das variáveis não foram observadas diferenças estatisticamente significantes. Nossos resultados evidenciam uma realidade nova no cotidiano masculino; a busca por corpos, não sabemos ao certo se mais saudáveis, ou socialmente mais aceitos. O fato é que aqui se observou elevado índice de insatisfação com o corpo, tanto dos alunos de EF quanto de ADM, preocupação crescente dos homens contemporâneos, o que sugere uma maior atenção por parte dos profissionais da área da saúde.

Palavras-chave: Imagem corporal, avaliação, satisfação e homens.

1-Professora Dr^a do curso de Enfermagem do Centro Universitário Ítalo Brasileiro

2-Discentes do curso de Enfermagem do Centro Universitário Ítalo Brasileiro

3-Coordenadora do curso de Enfermagem do Centro Universitário Ítalo Brasileiro

ABSTRACT

Self-perception of body image among college males: a comparative analysis

Dissatisfaction with the body is presented in both female and male gender. The present study aims to assess and compare the perception of body image among students of Physical Education and Administration of a University Center of Sao Paulo. This is a quantitative descriptive exploratory study for the assessment of body image was used the Body Shape Questionnaire (BSQ-34), validated by Cooper e colaboradores. (1987), available in portuguese (Cordas e Castilho, 1994), 47 students of Physical Education and 57 students of the Administration that provided data for current and desired body weight. The results of the BSQ showed that in the course of Physical Education, 12.5% (n = 6) had a distorted picture, since in the course of Administration this value was 21.0% (n = 12). The desire for a body weight than the current one was reported by 77% of the sample, where 39.5% of students would like to weigh less and 37.5% would like to weigh more. When comparing the courses, both the results of the BSQ referred, to as the weights were not observed statistically significant differences. Our results reveal a new reality in everyday male, the search for bodies, we do not know if healthier or more socially accepted. The fact is that here we observed a high rate of body dissatisfaction, both students of Physical Education and of the Administration, increasing concern of contemporary men which suggests greater attention from health professionals.

Key words: Body image, evaluation, satisfaction and men.

E-mail:
lcuvello@hotmail.com

Endereço para correspondência:
Av. Presidente Kennedy Num. 3.700 bl. 5 ap.
231. Sta. Paula, São Caetano do Sul - SP
CEP: 09561-200

INTRODUÇÃO

A imagem corporal está relacionada com a autoestima, que significa amor próprio, satisfação pessoal e, acima de tudo, estar bem consigo mesmo. Se existe uma insatisfação, esta se refletirá na autoimagem.

A primeira manifestação da perda da autoconfiança é percebida quando o indivíduo acredita que o corpo que tem não está de acordo com o estereótipo idealizado pela sociedade (Bucarechi, 2003).

Segundo Silva, Brunetto e Reichert, (2010) esta imagem abrange dimensões fisiológicas, psicológicas e sociais, sendo composta de representações sobre a aparência e forma do corpo, embora os padrões de beleza possam estar associados à cultura, e sua busca pode trazer complicações a saúde do indivíduo.

Hoje existem inúmeros trabalhos com foco na imagem corporal. Para Saikali e colaboradores (2004), existem três formas de auto avaliação de imagem corporal, o indivíduo é crítico com sua aparência; o indivíduo se compara com as demais pessoas; o indivíduo se concentra na sua aparência.

De acordo com Dalgalarondo (2000), a imagem corporal vem se distorcendo devido a uma obsessão por um “corpo perfeito”, ocorrendo muitas vezes de forma inadequada, com a prática de exercícios físicos compulsivamente sem orientação de um profissional capacitado.

Neste caso, o principal objetivo do exercício físico vem suprir uma necessidade de ter um corpo ideal previamente estabelecido pela mídia, mostrando uma imagem insatisfatória de si mesmo, ao invés do contexto de saudável.

A partir da metade do século passado o corpo “perfeito” passou a ser representado pela magreza para as mulheres e o corpo musculoso para os homens. Hoje as pessoas que apresentam sobrepeso, são alvo de discriminação em vários meios e taxados de preguiçosos, indisciplinados e desmotivados, situação que favorece a piora a imagem corporal e perda de controle alimentar e controle do peso corporal (Neighbors e Sobal, 2007).

As pessoas com índice de massa corporal (IMC) adequados, e indivíduos obesos que tem sua imagem negativa, caracterizam um dos fatores de maior preocupação com a autoimagem, se

transformando em um dos principais motivos dessas pessoas buscarem atividades muitas vezes descontroladas para conquistarem uma aparência melhor, aumentando a procura por academias (Damasceno e colaboradores, 2005).

Para ter uma imagem corporal perfeita, muitos homens vêm mudando seu estilo de vida, buscando atividades, cosméticos e cirurgia plástica o que gera uma competitividade entre os comércios através de promessas para uma boa forma (Garcia e colaboradores, 2010).

De acordo com Silva e colaboradores (2010) a constante influência da mídia e as pressões sociais e familiares têm potencializado os valores estéticos, de corpos magros com um mínimo de gordura.

Nos dias de hoje a imagem corporal, concentra-se na beleza, a insatisfação gera a busca pelo corpo perfeito, o que se tornou modismo e muitos indivíduos recorre às intervenções cirúrgicas para solucionar os problemas com a autoimagem. O padrão imposto pela sociedade é de magreza, juventude e perfeição física.

Com o intuito de aprimorar as pesquisas realizadas sobre imagem corporal, o presente estudo tem por objetivo avaliar e comparar a autopercepção da imagem corporal entre estudantes do sexo masculino, dos cursos de Educação Física e Administração, de um Centro Universitário da cidade de São Paulo.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa exploratória descritiva quantitativa, realizada com 104 alunos distribuídos entre os cursos de graduação em Educação Física (n=47) e Administração (n=57). A amostra foi selecionada por conveniência, e o critério para participação do estudo foi frequentar os cursos investigados (Educação Física ou Administração); Ressalta-se que foram distribuídos 130 questionários e apenas 104 foram devolvidos.

A coleta de dados foi realizada no Centro Universitário Ítalo Brasileiro, entre os meses de fevereiro e março de 2012. Para a avaliação da imagem corporal foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34), validado por Cooper e colaboradores, (1987),

disponível na versão em português (Cordas e Castilho, 1994).

O BSQ-34 é um questionário auto aplicativo com 34 questões, cada questão apresenta seis possibilidades de resposta: 1) Nunca, 2) Raramente, 3) Às vezes, 4) Frequentemente, 5) Muito frequentemente, 6) Sempre. Para cada resposta marcada obtém-se uma pontuação e a classificação é feita pela soma total dos pontos obtidos e reflete os níveis de preocupação com a imagem corporal. No BSQ a distorção pode ser leve (70 a 90), moderada (90 a 110) ou intensa (>110).

Os entrevistados referiram peso corporal e estatura, bem como o peso corporal desejado, a partir destas informações foi avaliado o estado nutricional pelo cálculo do IMC (peso/estatura^2) e classificado de acordo com os critérios da Organização Mundial da Saúde (1997): IMC = 18,5 a 24,9 kg/m^2 , normais ou eutróficos; IMC = 25 e 29,9 kg/m^2 , sobrepeso; IMC > 30 kg/m^2 = obesos.

A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética do Hospital Dr. Fernando Mauro Pires (Hospital Campo Limpo), e todos os participantes da pesquisa receberam a carta de informação preencheram e assinaram o Termo de Consentimento e Livre Esclarecimento. Foi respeitado o anonimato e sigla dos pesquisadores, conforme Resolução 196, de 10 de outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde.

Para a análise estatística utilizou-se a estatística descritiva e todas as informações foram tabuladas em planilha eletrônica (Excel,

Microsoft) e analisadas no Statistical Package for Social Sciences for Windows (SPSS, vol.17). Para a comparação dos cursos foi usado o teste estatístico não paramétrico de Mann-Whitney (Siegel e Castellan, 1988).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do presente estudo 104 estudantes, todos do gênero masculino sendo 55% (n=57) representantes do curso de Administração e 45% (n=47) do curso de Educação Física, com média de idade dos participantes 27,5 ($\pm 6,1$) anos variando de 19 a 45 anos.

Observa-se na Tabela 1 que a média de pontos do BSQ, entre os estudantes de Administração, foi de 55,38 ($\pm 23,51$), o que significa que estes não apresentaram distúrbios de imagem, pois para classificar a amostra com distorção de imagem leve, era preciso apresentar em média, pelo menos, 70 pontos.

Chama a atenção, entretanto a elevada variação de pontos, pois foi encontrado um valor de 34 pontos sem distorção, como outro de 133 pontos, o que significa uma distorção intensa.

Realidade semelhante foi observada no curso de Educação Física, como pode ser visto na tabela 2, o teste de Mann-Whitney não demonstrou diferença estatisticamente significativa, quando comparados os dois cursos.

Tabela 1 - Caracterização da amostra representada por média, desvio padrão (DP), valores máximo e mínimo, do curso de Administração.

ADM	Idade (anos)	IMC (kg/m^2)	Peso Ideal (kg)	BSQ
Média	28,56	24,4	75,91	55,38
DP	$\pm 6,36$	$\pm 2,56$	$\pm 10,74$	$\pm 23,51$
Máximo	45	33,41	100	133
Mínimo	19	19,72	53	34

Tabela 2 - Caracterização da amostra representada por média, desvio padrão (DP), valores máximo e mínimo, do curso de Educação Física.

Educação física	Idade (anos)	IMC (kg/m^2)	Peso Ideal (kg)	BSQ
Média	26	25	77,25	56,06
DP	$\pm 5,54$	$\pm 3,32$	$\pm 9,91$	$\pm 27,38$
Valor máximo	40	36,01	100	171
Valor mínimo	19	19,16	63	33

Realidade semelhante foi observada por Laus, Moreira e Costa (2009) estudando alunas universitárias de cursos das áreas da saúde e humanas, onde não constataram diferenças significativas entre os cursos de Nutrição, Educação Física, Publicidade e Administração, na análise de distorção da imagem corporal.

Analisando-se individualmente os resultados do BSQ constatamos que, no curso de Educação Física 12,5% (n=6) apresentou distorção de imagem, enquanto que no curso de administração este valor foi de 21% (n=12).

Resultado semelhante ao do presente estudo foi encontrado em frequentadores de academias em Londrina (PR), onde a insatisfação com os corpos foi de 12% entre os homens e 52% entre as mulheres (Silva, Brunetto, Reichert, 2010).

Rech, Araújo, e Vannat (2010) investigando a autopercepção de estudantes de Educação Física encontraram elevadas prevalências de insatisfação com os corpos independentemente do gênero, o que mostra que a busca por uma imagem “perfeita” antes perseguida apenas pelas mulheres, torna-se cada vez mais uma realidade no universo masculino.

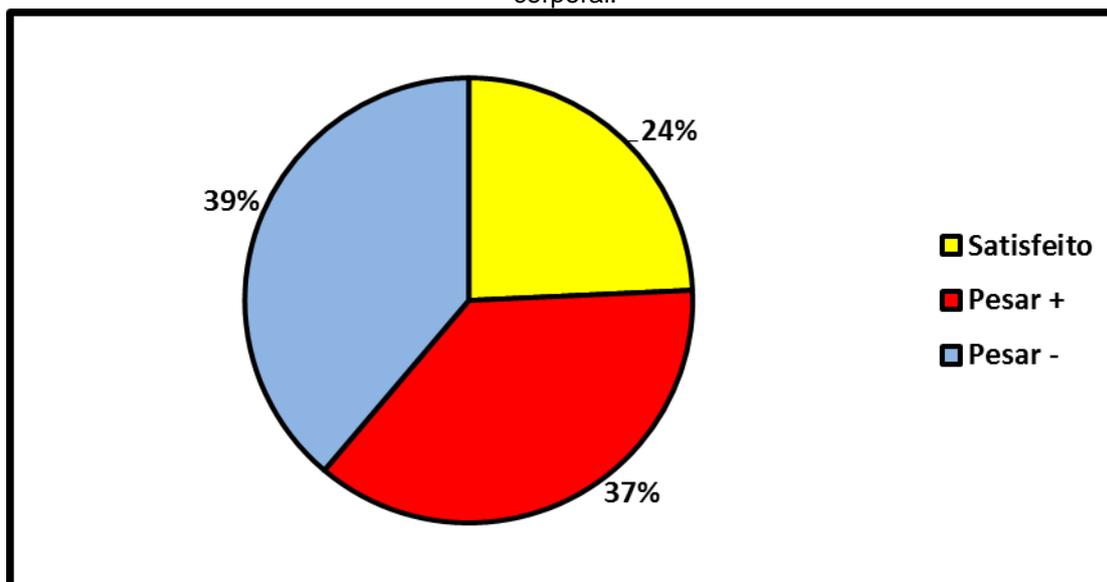
Esta preocupação masculina com a autoimagem é também descrita em adolescentes, onde Vieira e colaboradores (2006) encontraram que 7% dos atletas de judô insatisfeitos com a imagem corporal. O desejo de um peso corporal diferente do atual foi referido por 77% da amostra de ADM, onde 39% dos estudantes gostariam de pesar menos, 37% gostariam de pesar mais e 24% estão satisfeitos, conforme gráfico 1.

Insatisfação semelhante foi observada por Souza e Laus (2012) ao avaliarem mulheres fisicamente ativas, o que mais uma vez evidencia-se que a insatisfação com o corpo independe do gênero.

Já entre os alunos de Educação Física 39% gostariam de pesar mais, 40% gostariam de pesar menos, e 21% estão satisfeitos com o peso corporal, como observa-se no gráfico 2.

A não satisfação com o corpo pode influenciar vários aspectos da vida cotidiana das pessoas, desde a escolha de vestimentas, passando por preferências estéticas, até a habilidade de apresentar-se para o outro. A autopercepção da imagem é uma das maneiras mais essenciais para o indivíduo pensar em si mesmo.

Gráfico 1 - Frequência de alunos do curso de Administração quanto a auto percepção do peso corporal.



Segundo O'dea e Abraham (2001) que também estudaram universitários com idade média de 21 anos, de Educação Física e Negócios, constataram um percentual

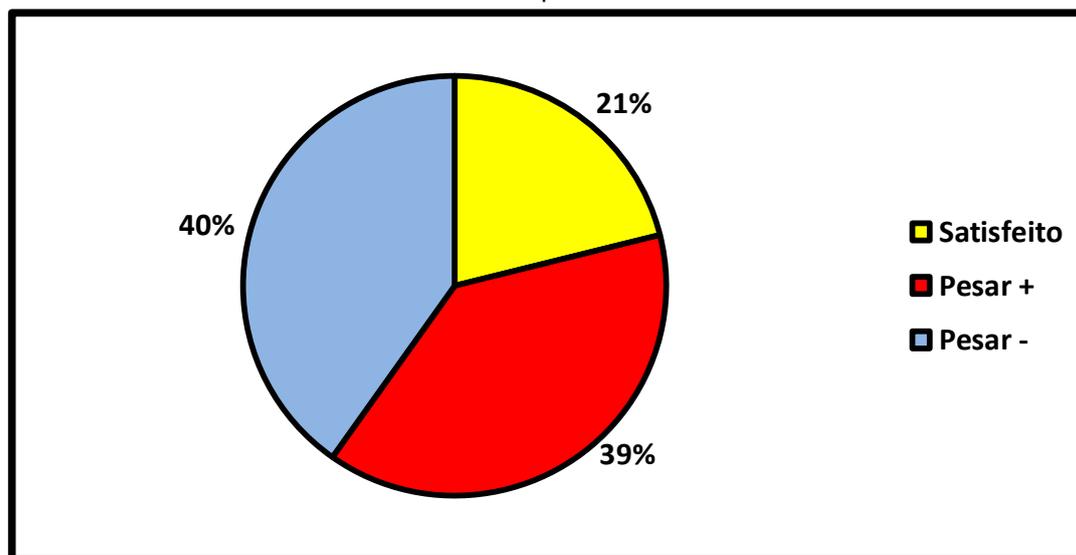
significante de insatisfação destes estudantes com a imagem corporal. Estes autores ressaltaram que a distorção da imagem corporal acontece devido à falta de

conhecimento associado a uma má alimentação.

Outro fator que influencia a autopercepção da imagem, descrito na literatura, é a influência da mídia, Conti (2007)

relatam que desde a adolescência os indivíduos, do sexo masculino, são persuadidos pelas propagandas publicitárias a terem corpos fortes e musculosos.

Gráfico 2- Frequência de alunos do curso de Educação Física quanto a auto percepção do peso corporal.



Outro estudo de Bosi e colaboradores (2006) com universitários entre 20 anos mostram que as mulheres que tem o IMC adequado gostariam de ser bem magras, e os homens gostariam de ter maior massa muscular, para chegar a imagem corporal ideal o que corrobora com o observado neste estudo que aponta que 77% deles querem pesar mais.

A busca pela imagem ideal muitas vezes, no caso dos homens o padrão de corpo "sarado" pode levar a transtornos mentais e alimentares, como anorexia, bulimia ou distrofia muscular, condição clínica que afeta, esta população, que apesar de ter hipertrofia muscular, sentem-se fracos e pequenos, sendo o equivalente à percepção inadequada do peso corporal em mulheres (Assunção, 2002)

Para O'Brien e Hunter (2006) os acadêmicos de Educação Física dão grande importância para a aparência física quando comparado com os outros cursos.

Já O'dea e Abraham (2001) estudando universitários de Educação Física e Negócios acreditam que os distúrbios de imagem acontecem por falta de uma alimentação balanceada e saudável e de conhecimento.

Nossos resultados evidenciam uma realidade nova no cotidiano masculino, a busca por corpos perfeitos assim como para Assunção (2002) que descreve que a cada dia os homens procuram novas formas para uma silueta perfeita.

Como pode ser observado nas tabelas 1 e 2 a média de IMC tanto do curso de Educação Física quanto o curso de Administração apresentaram médias de IMC compatível com a normalidade (eutrofia) e que os resultados do BSQ indicaram não haver distorção de imagem, porém, como já apresentado, quando os entrevistados referiram a intenção de peso, observou-se que uma grande maioria não estavam satisfeitos com seu corpo, como pode ser visto nos gráficos 1 e 2. Tal incompatibilidade demonstra a dificuldade de uma análise precisa sobre a população estudada.

Outros estudos mostram resultados semelhantes aos observados nesta pesquisa como Kakeshita e Almeida (2006) estudando universitários em Ribeirão Preto (SP) e Silva, Brunetto e Reichert (2010) analisando os frequentadores de academia em Londrina (PR).

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

O estado nutricional expressa o grau pelo qual as necessidades fisiológicas de nutrientes estão sendo atendidas. Uma avaliação do estado nutricional deveria ser rotineira, como parte da atenção primária à

saúde no sentido de prevenir o desenvolvimento de quadros mórbidos diversos, além de importante indicador no estabelecimento de atividades educacionais de intervenção (Czajka-Narins, 1995).

Gráfico 3 - Resultados do estado nutricional dos estudantes do curso de Educação Física.

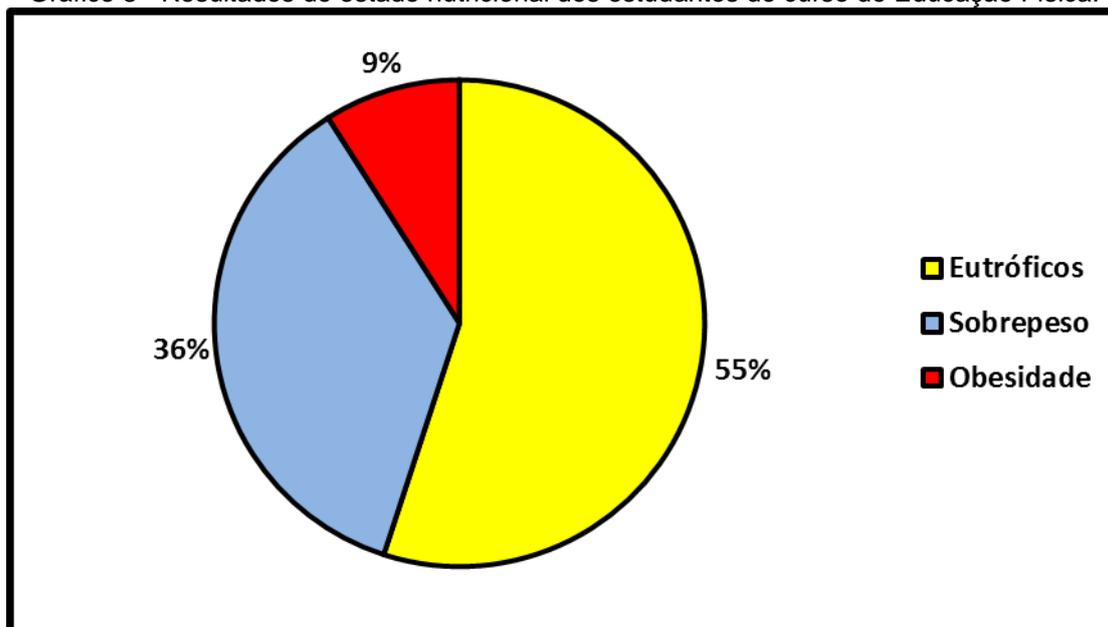
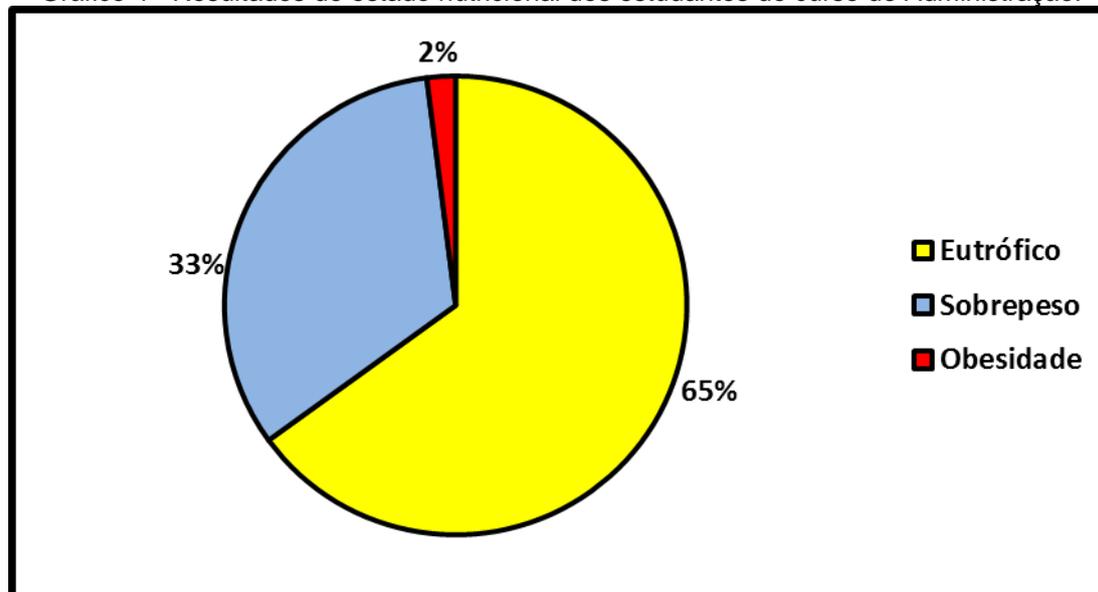


Gráfico 4 - Resultados do estado nutricional dos estudantes do curso de Administração.



Torna-se importante elucidar que, embora a utilização de peso e estatura referidos seja uma prática pouco utilizada no Brasil, possivelmente devido à carência de estudos nacionais e de base populacional

analisando tais informações, em outros países, o estudo de validade do peso e da estatura autoreferidos mostrou alta correlação entre os valores mensurados e aquele auto-informado (Cooper e colaboradores 1987).

Para a análise do estado nutricional foram coletadas as informações de peso e estatura e calculado do IMC da população estudada. No gráfico 3 observa-se que 55% dos universitários de educação física eram eutróficos, 36% sobrepeso e 9% obesos.

Os valores elevados de sobrepeso e obesidade aqui demonstrados, possivelmente, podem não refletir a realidade desta população, haja vista que é bastante comum os alunos do curso de Educação Física praticarem exercícios físicos, principalmente, do tipo resistido, o que favorece um aumento da quantidade de massa muscular, fazendo com que estes tenham um peso corporal mais elevado, mas não significa que apresentem sobrepeso ou obesidade.

Já no curso de Administração estes valores foram de 65% apresentaram eutrofia, 33% sobrepeso e 2% obeso conforme gráfico 4.

No presente estudo evidencia-se uma realidade relativamente nova no cotidiano masculino, a busca por corpos, não se sabe ao certo se mais saudáveis, ou socialmente mais aceito.

O fato é que foi observado elevado índice de insatisfação com o corpo, tanto nos alunos de Educação Física, quanto nos alunos do curso de Administração, preocupação crescente dos homens contemporâneos que sugere uma maior atenção por parte dos profissionais da área da saúde.

Realidade bastante investigada por Alvarenga e colaboradores (2010), estudando universitárias das cinco regiões brasileira, encontraram elevado percentual de insatisfação com os seus corpos, porém com o gênero masculino não há, ainda, um estudo com abrangência nacional.

CONCLUSÃO

Foi possível concluir que uma elevada porcentagem dos alunos investigados não está satisfeitos com o peso corporal atual, a maioria deles gostaria de pesar mais, provavelmente, para ter mais massa muscular, enquanto outros gostariam de pesar menos para ficar com o peso que consideram uma imagem perfeita. Na amostra coletada percebeu-se grande insatisfação com o corpo tanto os alunos de Educação Física quanto os de ADM.

Os achados do presente estudo sugerem uma maior atenção por parte dos

profissionais de saúde, que devem buscar orientar, educar e conscientizar indivíduos comuns, e os com tendência, ou mesmo com transtornos sobre suas imagens corporais, já instaladas dos riscos e de cuidado a ser tomado acerca da desejável transformação corporal, evitando que, os mesmos percorram caminhos obscuros e nocivos a saúde como a utilização de drogas como esteróides anabolizantes ou mesmo o uso indiscriminado de recursos ergogênicos bem como buscar atenuar uma possível dependência psicológica das atividades físicas, dietas extravagantes e que se excluam socialmente em busca do corpo perfeito.

REFERÊNCIAS

- 1-Alvarenga, M. S.; Philippi, S. T.; Lourenço, B.H.; Sato, P. M.; Scagliusi, F. B. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileira. *J Bras Psiquiatr.* Vol. 59. Num. 1. 2010. p. 44-51
- 2-Assunção, S.S. Dismorfia muscular. *Revista brasileira de psiquiatria.* São Paulo. Vol. 24. Supl. III, 2002. p.80-84.
- 3-Bosi M.L.M.; Luiz, R.R.; Morgado, C.M.C.; Costa, M.L.S. Carvalho, R.J. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *J Bras Psiquiatr.* Vol. 55. Num. 1. 2006. p. 34-40.
- 4-Bucarechi, H.A. Anorexia e Bulimia Nervosa uma visão multidisciplinar. São Paulo: Casa do psicólogo, 2003, 183p.
- 5-Conti, M. A. Excesso de peso e a insatisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Revista de Nutrição.* Campinas. Vol. 18, Num.4. 2007. p. 94-105.
- 6-Cooper P.J; Taylor M.J; Cooper Z.; Fairburn C.G. The development and validation of the body shape questionnaire. *Int J Eat Disord.* Vol. 6. 1987. p. 485-94.
- 7-Cordàs, T.A, Castilho, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Revista Psiquiátrica Biológica.* São Paulo. Vol. 2. Num.1. 1994. p. 17-21.

Revista Brasileira de Nutrição Esportiva

ISSN 1981-9927 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbne.com.br

- 8-Czajka-Narins D.M. Avaliação do estado nutricional. In: Mahan LK, Escott-Stump S. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. 8ª edição. São Paulo. Roca. 1995. p. 309.
- 9-Dalgalarrondo, P. Psicopatologia e Semiologia dos transtornos mentais. Porto Alegre. Artes Medicas Sul. 2000.
- 10-Damasceno, V.O.; Lima, J. R. P.; Vianna, J. M.; Viana, R. A.; Novaes, J. S.. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. Revista Bras Med Esporte. Niterói. Vol.11, Num. 3. 2005. p.181-186.
- 11-Garcia, L.; Milagres, O.G.; Mourão, L.; Assis, M.; Palma, A. Autopercepção da imagem corporal em estudantes de Educação Física e Medicina. Revista Brasileira de Atividades Física & Saúde. Vol. 16. Num. 1, 2011. p. 25-30.
- 12-Kakeshita, I. S.; Almeida, S. S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. Revista. Saúde Publica. São Paulo. Vol. 40. Num. 3. 2006.p. 497-504.
- 13-Laus, M.F.; Moreira R.C.M.; Costa T.M.B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. Revista. Psiquiatr. Vol. 31. Num. 3. 2009. p. 192-196.
- 14-Neighbors, L.A.; Sobal, J. Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. Eat Behav. Vol. 8. Num. 4. 2007. p. 429-39.
- 15-O'brien,K.S.;Hunter, J.A. Body esteem and eating behaviors in female physical education students. Eating and Weight Disorders, Milano. Vol.11, Num. 2. 2006. p.57-60.
- 16-O'dea J.A.; Abraham, S.. Attitudes, and behaviors related to weight control, eating disorders,and body image in Australian Trainee Home Economics and Physical Education Teachers. J Nutr Educ. Sydney. Vol.33. 2001. p. 332-340.
- 17-Organização Mundial da Saúde. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Reporto f WHO Consultation of Obesity. Geneva. 1997.
- 18-Rech, C . R.; Araújo, E. D. S.; Vannat, J. R. Autopercepção da imagem corporal em estudantes de curso de Educação Física. Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte. São Paulo. Vol. 24. Num. 2. 2010. p. 285-292.
- 19-Saikali, C.J.; Soubhia, C. S.; Scalfaro, B. M.; Cordás, T. A. Imagem corporal nos transtornos alimentares. Revista de psiquiatria clínica. Vol. 31, Num.4. 2004. p. 164-166.
- 20-Siegel, S; Castellan, N.U.M. Nonparametric Statistics. 2ª edição. New York: McGraw-Hill, 1988.
- 21-Silva A.J.B.; Brunetto, B.C.; Reichert, F.F. Imagem corporal de praticantes de treinamento com pesos em academias de Londrina, PR. Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde. Vol. 15. Num. 3, 2010. p. 35-41.
- 22-Souza, M. G.; Laus, F. M. Insatisfação corporal, comportamento alimentar inadequado e comportamento de checagem e evitação corporal em mulheres fisicamente ativas. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. Vol. 6. Num. 31. 2012, p. 76 - 83.
- 23-Vieira,J.L.L.; Oliveira, L. P.; Vieira, L.F.; Vissoci, J. R. Num.; Hoshino, E.F.; Fernandes, S.L. Distúrbios de atitudes alimentares e sua relação com a distorção da auto-imagem corporal em atletas de Judô do Estado do Paraná. Revista da Educação Física/UEM Maringá. Vol. 17, Num.2. 2006. p. 177-184.

Recebido para publicação 02/08/2012

Aceito em 07/09/2012