

**AValiação DA AUTO-IMAGEM CORPORAL E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE MULHERES**

Ana Caroline de Castro Ferreira Fernandes<sup>1</sup>, Aline Lustosa Sales da Silva<sup>2</sup>  
Karine Feitosa Medeiros<sup>2</sup>, Natiele Queiroz<sup>3</sup>  
Liliane Machado Melo<sup>3</sup>

**RESUMO**

A imagem corporal pode ser conceituada como uma construção multidimensional, que representa como os indivíduos pensam, sentem e se comportam a respeito de seus atributos físicos. Teve-se como objetivo avaliar a imagem corporal e o comportamento alimentar das mulheres atendidas em uma clínica escola, a fim de diagnosticar precocemente possíveis transtornos alimentares. A amostra foi composta de 60 adultas, do sexo feminino com faixa etária de 19 a 30 anos. A avaliação foi feita por meio de aferição das medidas de peso (kg), estatura (m) e circunferência da cintura (cm). Para análise da percepção da auto-imagem corporal foram aplicados dois questionários: BSQ e a escala de silhueta. A avaliação do comportamento alimentar foi realizada pelo EAT-26. Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de consentimento livre e esclarecido e o Termo de Assentimento no caso de adolescente. Para análise estatística utilizou-se o software (SPSS) versão 12.0. Os resultados encontrados evidenciaram a maior prevalência de 85% de insatisfação corporal de acordo com escalas de silhuetas, porém houve resultados negativos para transtornos alimentares 63,33% e ausência da distorção da imagem corporal 53,33%, de acordo com EAT-26 e BSQ-34 respectivamente. A maior procura do atendimento na clínica foi de hipertrofia muscular (35%). Concluiu-se uma predominância de insatisfação corporal em relação às escalas de silhuetas, porém os resultados referentes à distorção corporal e transtornos alimentares tiveram índices negativos, evidenciando uma percepção de imagem nos padrões de normalidade e baixo risco de surgimento de transtornos alimentares.

**Palavras-chave:** Imagem Corporal. Comportamento Alimentar. Obesidade. Estado Nutricional.

**ABSTRACT**

Evaluation of auto-body image and eating behavior of women

Body image can be conceptualized as a multidimensional construct, which is how individuals think, feel and behave about their physical attributes. The aim was to evaluate body image and eating behavior of women attending a clinic school, to diagnose early possible eating disorders. The sample consisted of 60 adult females aged between 19-30 years. The evaluation was made by measuring the measurements of weight (kg), height (m) and waist circumference (cm). To analyze the perception of body image were applied two questionnaires: BSQ and the silhouette of scale. Evaluation of feeding behavior was conducted by the EAT-26. All participants signed the free and informed consent term and Consent Statement on adolescent case. Statistical analysis was performed using the software (SPSS) version 12.0. The results showed the highest prevalence of 85% of body dissatisfaction according to silhouettes scales, but there was negative 63.33% for eating disorders and lack of distortion of body image 53.33%, according to EAT-26 and BSQ-34 respectively. The increased demand for care in the clinic was muscle hypertrophy (35%). It follows a predominance of body dissatisfaction with silhouettes of scales, but the results for body distortion and eating disorders had negative rates, showing an image of perception normal standard and low in risk of eating disorders.

**Key words:** Body Image. Feeding Behavior. Obesity. Nutritional Status.

1-Mestrando em Saúde da Família-UNINOVAFAP, Especialista em Gestão em UAN, Gastronomia e Hotelaria-UNP, Especialista em Saúde Pública e Especialista em Saúde da Família-IBPEX, Brasil.

## INTRODUÇÃO

A autoimagem expressa a percepção que as pessoas têm de si, sendo definida em termos de uma constelação de pensamentos, sentimentos e ações acerca do relacionamento do indivíduo com outras pessoas, bem como acerca do eu como uma entidade distinta dos outros (Gouveia e colaboradores, 2005).

De acordo com Júnior, Júnior e Silveira (2013) vive-se hoje em uma sociedade que confere extremo valor à estética corporal. Possuir um perfil antropométrico adequado, especialmente percentual de gordura dentro dos padrões normais, tornou-se uma das prioridades na vida de muitas pessoas.

Aqueles que não conseguem chegar a esse padrão corporal sofrem muito, ocorrendo, quase inevitavelmente, o desenvolvimento de transtornos alimentares, de baixa autoestima e depressão, entre outras psicopatologias. A cultura desempenha um papel fundamental na maneira como o indivíduo percepção e deseja a sua imagem corporal (Alves e colaboradores, 2009).

Existem situações que possam contribuir para a baixa autoestima, como: problema com os pais, com a aparência, na escola, briga com irmãos, problemas financeiros, e a falta de lazer, os problemas emocionais causados pela insatisfação corporal e baixa autoestima, leva a ansiedade, depressão, bulimia e compulsão.

O grupo de pessoas com obesidade mórbida é o mais afetado pelas manifestações da sociedade em prol de um corpo magro. Já os indivíduos com baixo peso são classificados como possuidor do corpo mais belo, enquanto o indivíduo obeso recebe classificação oposta (Freitas e colaboradores, 2010).

Bertoletti e colaboradores (2010) destacam que diversos grupos de atletas e bailarinos também fazem parte da grande população de risco para o desenvolvimento de padrões alimentares inadequados, que podem trazer como consequências prejuízos graves à saúde, entre eles amenorreia, osteoporose, anorexia nervosa e bulimia nervosa.

O distúrbio de imagem corporal é considerado um dos principais sintomas nucleares dos transtornos alimentares.

Esses distúrbios alimentares são caracterizados pelo medo mórbido de

engordar, pela preocupação obsessiva com os alimentos, pelo desejo persistente de emagrecer e pela distorção da imagem corporal, causando prejuízos biológicos, psicológicos e aumento da morbimortalidade (Martins e colaboradores, 2009).

O fato é que desejar ter um corpo diferente do seu estado nutricional é uma importante informação para os profissionais de saúde, e poderia ser utilizada no planejamento de ações que potencializem a adoção de comportamentos saudáveis.

Além disso, esse tipo de medida é utilizado em inquéritos epidemiológicos, sendo tratada como marcador de risco para distúrbios alimentares e outros transtornos (Dumith e colaboradores, 2012).

Diante deste cenário, o presente estudo teve como objetivo avaliar a imagem corporal e o comportamento alimentar das mulheres atendidas em uma clínica escola de uma instituição do ensino superior, a fim de diagnosticar precocemente possíveis transtornos alimentares.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de estudo transversal observacional, de caráter descritivo realizado em um Serviço Integrado de Saúde de uma Clínica Escola, em um período corrente de agosto a novembro de 2015.

A amostra foi composta de 60 adultas, do sexo feminino com faixa etária de 19 a 30 anos. Utilizou-se um questionário para a coleta de dados iniciais, para a avaliação do estado nutricional foi necessário o agendamento da consulta na clínica escola, e a avaliação será feita por meio das medidas de peso corporal (kg), estatura (m) e circunferência da cintura (cm). Para analisar a percepção da autoimagem corporal serão aplicados dois questionários: Body Shape Questionnaire (BSQ) e a escala de silhueta.

A avaliação do comportamento alimentar será realizada pelo Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26).

Todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de consentimento livre e esclarecido e o Termo de Assentimento no caso de adolescente. O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Faculdade Santo Agostinho e pela Plataforma Brasil. CAAE 42506315.0.0000.5602. Para análise

estatística utilizou-se o software (SPSS) versão 12.0.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados evidenciaram a maior prevalência de 85% (n= 51) de insatisfação corporal de acordo com escalas de silhuetas, porém houve resultados negativos para transtornos alimentares 63,33% (n=38) e ausência da distorção da imagem corporal de 53,33% (n= 32), de acordo com EAT-26 e BSQ-34 respectivamente (Gráfico 1).

Conforme os resultados demonstrados na Tabela 1, onde a relação do estado nutricional com a imagem corporal a maior ocorrência foi de ausência de distorção de imagem corporal com transtornos alimentares negativos em pacientes eutróficas com 53,3 % (n=32), e apenas 20% (n=12) das pacientes eutróficas apresentaram resultados positivos para EAT-26 e BSQ-34.

Observa-se que a média de idade das pacientes foi de 23,4 anos, com desvio padrão de 2,95. Sendo encontradas 68,33% das pacientes com idades entre 20-25 anos (n=41), de 26,67% de pacientes maiores de 25 anos e apenas 5% (n=3) menores de 20 anos (Gráfico 2).

De acordo com o estado nutricional maior parte as pacientes encontravam-se eutróficas 73,32% (n= 44), com sobrepeso 11,67% (n=7), magreza grau I 6,67% (n=4), magreza grau II 1,67% (n=1), magreza grau III 1,67% (n=1) e obesidade grau I 5% (n= 3) (Gráfico 3).

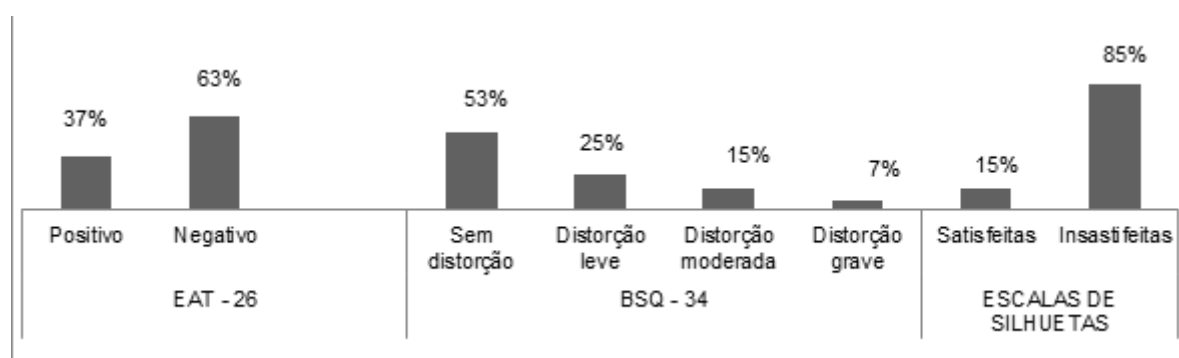
Já a circunferência da cintura 80% (n=48) das pacientes apresentou-se adequadas, em risco aumentado 13,3% (n=8), e risco muito aumentado 6,67% (n=4) (Gráfico 4).

Em relação ao motivo da procura do atendimento na clínica a maioria das pacientes relatou como objetivo hipertrofia muscular (35%) (n= 21), e as demais reeducação alimentar (33%) (n= 20), perda de peso (20%) (n= 12), ganho de peso (10%) (n= 6), e perda de % de gordura 1,67% (n=1) (Gráfico 5).

No gráfico 1, verificou-se maior prevalência de 85% (n= 51) de insatisfação corporal de acordo com escalas de silhuetas, porém houve resultados negativos para transtornos alimentares 63,33% (n=38) e ausência da distorção da imagem corporal de 53,33% (n= 32), de acordo com EAT-26 e BSQ-34 respectivamente. A análise do teste BSQ revelou que 13,7% das universitárias estavam insatisfeitas com a sua imagem corporal.

Esta prevalência é semelhante à insatisfação encontrada entre estudantes de Nutrição do Rio de Janeiro (18,6%) (Andrade e Bosi, 2006), Porto Alegre (13,5%) (Garcia, 2010) e São Paulo (18,5%) (Stipp e Oliveira, 2003).

No município de Florianópolis (SC), em estudo realizado com estudantes do sexo feminino entre 10 e 19 anos de escolas públicas do município, foi encontrada prevalência de 18,8% de insatisfação com a imagem corporal (Alves, 2009).



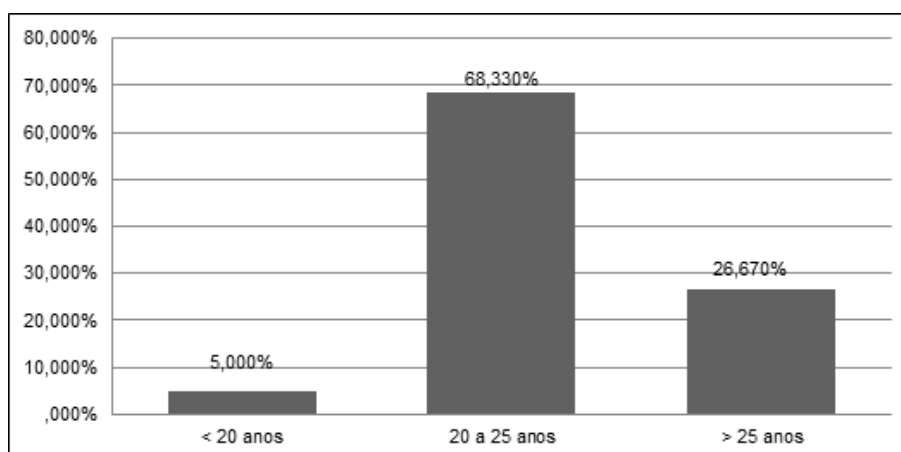
**Fonte:** Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui-quadrado obtendo-se  $p < 0,001$  EAT-26: Teste de Atitudes Alimentares (Eating Attitudes Test). BSQ: Questionário de Imagem Corporal (Body Shape Questionnaire, Escalas de silhuetas).

**Gráfico 1** - Risco para transtorno alimentar e alteração na imagem corporal das pacientes atendidas em uma clínica escola de Teresina-PI, 2015.

**Tabela 1** - Relação da imagem corporal com o estado nutricional das pacientes atendidas em uma clínica escola de Teresina- PI, 2015

Estado Nutricional (IMC)	BSQ-34 e EAT-		BSQ-34 e EAT +	
	N	%	N	%
Magreza III	-	-	1	1,66
Magreza II	-	-	1	1,66
Magreza I	-	-	4	6,67
Eutrófico	32	53,3	12	20
Sobrepeso	-	-	7	11,67
Obesidade grau I	-	-	3	5
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>53,3</b>	<b>28</b>	<b>46,7</b>

**Fonte:** Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui-quadrado obtendo-se  $p < 0,001$  Índice de Massa Corporal (IMC), EAT-26: Teste de Atitudes Alimentares (Eating Attitudes Test). BSQ: Questionário de Imagem Corporal (Body Shape Questionnaire).



**Fonte:** Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui-quadrado obtendo-se  $p < 0,001$ .

**Gráfico 2** - Idade das pacientes atendidas em uma clínica escola de Teresina-PI, 2015.

Observa-se na tabela 1 que 53,3% (n=32) das pacientes eutróficas obtiveram resultados negativos em relação aos questionários BSQ-34 e EAT-26, porém 20% (n= 12) das pacientes eutróficas tiveram resultados positivos para BSQ-34 EAT, os demais percentuais positivos distribuíram-se em magreza grau I em 6,67% (n=4), e Magreza II e III de 1,66% (n=1), já as de sobrepeso tiveram 11,67% (n=7), e obesidade grau I 5% (n= 3).

Resultados semelhantes de associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o estado nutricional, segundo IMC, foram encontrados em outros estudos.

Moreira e colaboradores (2005) avaliaram 163 estudantes do primeiro ano do curso de Medicina e encontraram associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o estado nutricional segundo IMC. As

universitárias com IMC normal apresentaram maiores scores no BQS-34 do que as universitárias com IMC baixo ( $p < 0,015$ ).

Branco, Hilário e Cintra (2006) encontraram associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o IMC ( $p < 0, 001$ ).

A insatisfação corporal foi encontrada também em estudantes eutróficos, mas especialmente naqueles com sobrepeso e obesidade.

Além disso, os autores correlacionaram a auto percepção corporal com o estado nutricional e detectaram a superestimação feminina. Aproximadamente 39% das meninas eutróficas se consideravam com sobrepeso e 47% daquelas nesta condição se consideravam obesas.

Em relação ao gráfico 2, a maior prevalência foi de pacientes com idade entre 20-25 anos (68,33%), e as demais com idade

maiores que 25 anos (26,67%) e menores que 20 anos (5%). Caracterizando um perfil etário jovem, que buscam uma alimentação saudável e melhor aparência física.

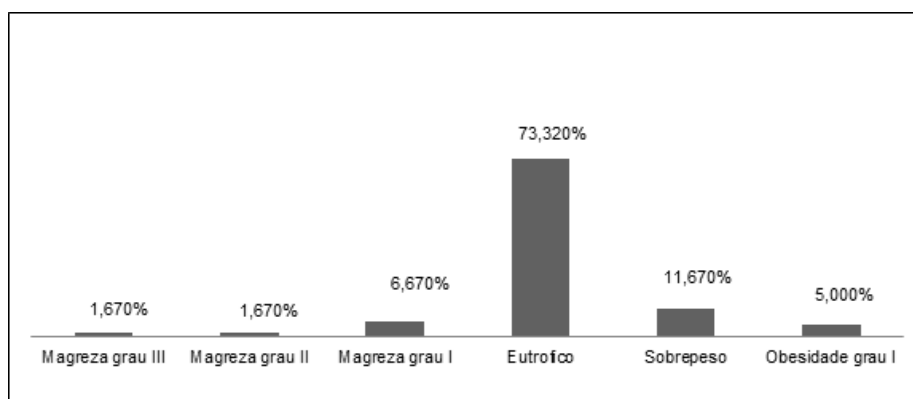
O gráfico 3, refere-se ao estado nutricional onde a maior prevalência foi de 73,32% de pacientes eutróficas, seguido de 11,67% de sobrepeso, 6,67% de magreza grau I, 5% de obesidade grau I e 1,67% de magreza grau II e III respectivamente.

No que se pode observar no gráfico 3, a maior parte das pacientes encontravam-se com circunferência da cintura adequada 80% (n= 48), as demais de 13,3% (n=8) em risco

aumentado e 6,67% (n=4) risco muito aumentado.

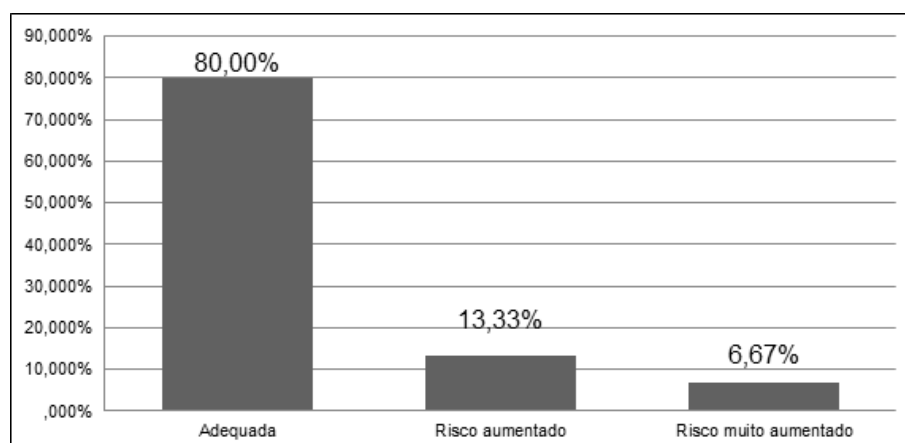
No que se refere ao objetivo da consulta das pacientes, a maior prevalência foi de hipertrofia muscular 35% (n= 21), seguido de reeducação alimentar com 33,33% (n= 20), perda de peso 20% (n= 12), ganho de peso 10% (n= 6), e perda de percentual de gordura de 1,67% (n=1).

A prevalência de hipertrofia dar-se pela busca das mulheres por um corpo definidos, geralmente influenciados pela mídia ou a moda. E muitas delas também buscam uma alimentação balanceada e saudável.



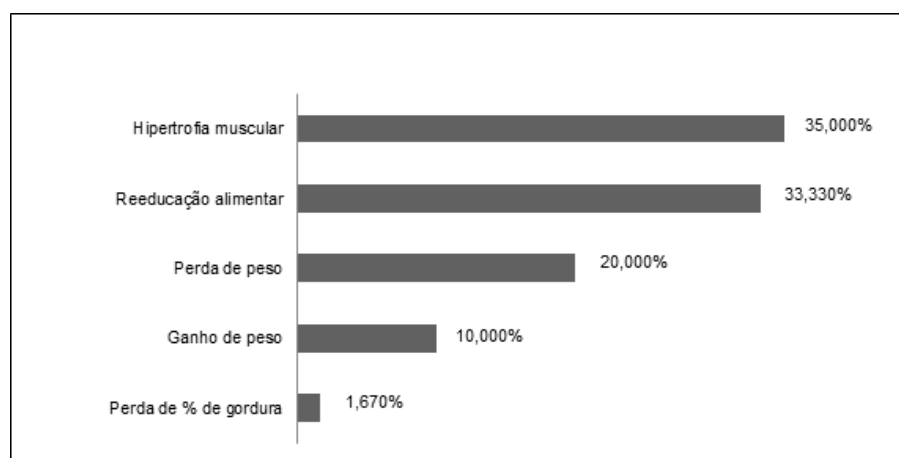
Fonte: Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui- quadrado obtendo-se  $p < 0,001$ .

**Gráfico 3** - Estado nutricional de acordo com índice de massa corporal das pacientes atendidas em uma clínica escola de Teresina-PI, 2015.



Fonte: Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui- quadrado obtendo-se  $p < 0,004$ .

**Gráfico 4** - Diagnóstico da circunferência da cintura das pacientes da clínica escola.



Fonte: Dados da pesquisa. Aplicou-se o teste Qui-quadrado obtendo-se  $p < 0,001$ .

**Gráfico 5** - Objetivo da consulta das pacientes atendidas e uma clínica escola de Teresina-PI, 2015

## CONCLUSÃO

Analisando de forma geral constatou-se uma predominância de insatisfação corporal em relação à escalas de silhuetas, porém os resultados referentes à distorção corporal e transtornos alimentares tiveram índices negativos em sua maioria, evidenciando uma percepção de imagem nos padrão de normalidade e baixo risco de surgimentos transtornos alimentares. Além do IMC demonstrar o maior percentual de pacientes eutróficas, que buscaram como atendimento principal a hipertrofia muscular.

Os dados apresentados ressaltam a importância da avaliação da satisfação com a imagem corporal em mulheres mesmo que os resultados positivos não tenham tido prevalência, uma vez que a percepção distorcida da imagem corporal pode levar a práticas alimentares inadequadas, podendo causar danos à saúde física e mental. Ressalva ainda a necessidade de ações nutricionais em clínicas de atendimento nutricional, a fim de esclarecer, prevenir e tratar precocemente atitudes alimentares anormais.

Sugere-se que novos estudos sejam realizados e individualizados, adotando-se novas variáveis, pois a imagem corporal é uma interação entre vários fatores: biológico, fisiológico, emocional e social. E de grande valia seria a utilização de estudos com intervenções na mudança da percepção da imagem corporal.

## AGRADECIMENTOS

À Clínica Escola da Faculdade Santo Agostinho pelo espaço cedido para coleta de dados.

## REFERÊNCIAS

- Alves, D.; e colaboradores. Cultura e Imagem corporal. Motricidade. Vol. 5. Num. 1. p.1-20. 2009.
- Andrade, A.; Bosi, M. L. M. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. Revista de Nutrição. Vol. 16. Núm. 1. p.117-125. 2006
- Bertoletti, J.; e colaboradores. Imagem corporal e bailarinas profissionais. Revista Bras Med Esporte. Vol. 16. Num. 3. 2010.
- Branco, L. M.; Hilário, M. O. E.; Cintra, I. P.; Percepção e satisfação corporal em adolescentes e relação com seu estado nutricional. Revista de Psiquiatria Clínica. Vol. 33. Num. 6. p.292. 2006
- Dumith, S. C.; e colaboradores. Insatisfação corporal em adolescentes: um estudo de base populacional. Ciência e Saúde Coletiva. Vol. 17. Num. 9. p.2499-2505. 2012.
- Freitas, A.; Rocha, N. D.; Gastaldon, L.; Trevisan, J. F. P. Insatisfação da imagem

corporal, práticas alimentares e de emagrecimento em adolescentes do sexo feminino. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*. Vol. 24. Num. 3. p.166-173. 2010.

7-Garcia, C. A. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de nutrição de uma universidade pública de porto alegre-RS. *Rev HCPA*. Vol. 30. Num. 3. p.219-224. 2010

8-Gouveia, V. V.; e colaboradores. Auto-imagem e sentimento de constrangimento. *PSICO*. Vol. 36. Num. 3. p.231-241. 2005.

9-Junior, P. M.; Junior, W. C.; Silveira, F. V. Percepção e distorção da auto-imagem corporal em praticantes de exercício físico: a importância do exercício físico na imagem corporal. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. Vol. 7. Num. 42. p.345-352. 2013. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/410/394>>

10-Martins, C. R. Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Rev Psiquiatr*. Vol. 32. Num. 1. p.19-23. 2009.

11-Moreira, L. A. C.; Azevedo, A. B. G.; Queiroz, D.; Moura, L.; Espirito Santo, D.; Cruz, R.; e colaboradores. Body image in a sample of undergraduate medical students from Salvador, Bahia, Brazil. *J Bras Psiquiatr*. Vol. 54. Num. 4. p.294-297. 2005.

12-Stipp, L. M.; Oliveira, M. R. M. Imagem Corporal e Atitudes Alimentares: diferenças entre estudantes de Nutrição e de Psicologia. *Saúde Rev*. Vol. 5. Num. 9. p.47-51. 2003.

2-Graduado em Bacharelado em Nutrição pela Faculdade Santo Agostinho de Teresina-FSA, Brasil.

3-Graduando em Bacharelado em Nutrição pela Faculdade Santo Agostinho de Teresina-FSA, Brasil.

E-mails dos autores:

[anaccff@gmail.com](mailto:anaccff@gmail.com)

[alinelustosasales@gmail.com](mailto:alinelustosasales@gmail.com)

[karinefmedeiros@hotmail.com](mailto:karinefmedeiros@hotmail.com)

[natiellequeiroz@hotmail.com](mailto:natiellequeiroz@hotmail.com)

[lilliane\\_melo@hotmail.com](mailto:lilliane_melo@hotmail.com)

Recebido para publicação em 16/05/2016

Aceito em 15/11/2016