

A percepção da autoimagem corporal entre universitários

Body image perception among university students

Ariane Gusmão¹, Jacqueline Fernandes da Silva ², Ana Carolina Rangel Port³

1. *Graduação em Nutrição. Centro Universitário Unifafibe. Bebedouro/SP.*

Email: ariane_gusmão@hotmail.com

2. *Graduação em Nutrição. Centro Universitário Unifafibe. Bebedouro/SP.*

Email: jack_fernandess@hotmail.com

3. *Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente. Centro Universitário Unifafibe. Bebedouro/SP.*

Email: anacarolport@live.com

Resumo

A imagem corporal é um aspecto muito importante para a formação da identidade pessoal. Cada indivíduo possui suas medidas, contornos e formas e tais condições podem ter o poder de interferir significativamente nos fatores psicossociais e até em nossa percepção de quem realmente somos, física e nutricionalmente. Por isso este trabalho teve como objetivo identificar e comparar a auto percepção da imagem corporal entre estudantes universitárias de três diferentes cursos. Constituiu-se em um estudo transversal, realizado com universitárias voluntárias dos cursos de Nutrição, Educação Física e Engenharia Civil do Centro Universitário Unifafibe em Bebedouro- SP, com idade entre 20 e 25 anos, do sexo feminino, sendo 10 participantes de cada curso. Foram realizadas medidas antropométricas como peso e altura para cálculo do IMC, Circunferência Braquial, Circunferência da cintura e do quadril para cálculo da relação cintura/quadril. Para avaliação da percepção de imagem corporal foi utilizado o questionário sobre a Imagem Corporal (*Body Shape Questionnaire – BSQ*) já empregado em estudos do gênero. Os resultados demonstraram que a maior quantidade de universitárias eutróficas encontra-se no curso de Engenharia Civil, e 80% das universitárias de modo geral não possuem insatisfação com imagem corporal segundo o questionário.

Palavras chave: Imagem Corporal, Nutrição, Transtornos Alimentares, Universitárias.

Abstract

Body image is a very important aspect for the formation of personal identity. Each person has their measurements, shapes and forms and such conditions may have the power to significantly interfere with psychosocial factors and even our perception of who we are, physically and nutritionally. Therefore this study aimed to identify and compare the self-perception of body image among university students from different courses. It was constituted of a cross-sectional study with college volunteer students of schools of Nutrition, Civil Engineering and Physical Education of the University Center Unifafibe in Bebedouro- SP, aged 20 and 25 years old, female, with 10 participants in each school. Anthropometric measurements were performed such as weight and height to calculate BMI, Brachial circumference, waist and hip circumference to calculate waist to hip ratio. To evaluate the perception of body image Body Shape Questionnaire - BSQ was performed, questionnaire already used in gender studies. The results showed that the largest amount of eutrophic college volunteer students is in the school of Civil Engineering, and in general 80% of college students do not have low body image dissatisfaction according to the questionnaire..

Keywords: Body Image, Nutrition Disorders, College Students.

Introdução

A imagem corporal é formada por uma visão diferente da realidade, envolvendo aspectos afetivos, cognitivos e comportamentais do corpo. Pode ser definida também como uma imagem formada na mente da pessoa, ou seja, como o corpo se apresenta e é vivenciado pelo indivíduo (CONTI, 2008; PEREIRA et al., 2011).

A autoimagem corporal tem ganhado grande importância nos dias de hoje e o "modelo" de beleza vem mudando nos últimos tempos. A idealização de um corpo magro, com uma diminuição significativa do manequim, tem ganhado força entre as pessoas principalmente entre as mulheres, sem considerar as reais necessidades e possibilidades de cada indivíduo, muitas vezes provocando frustrações em quem o almeja (BRAGA; MOLINA; CADE, 2007). O desenvolvimento da preocupação com a autoimagem também é relacionado à identidade de um grupo social, ou seja, além da interferência da mídia, a pessoa tem a percepção sobre o próprio corpo baseada nas pessoas que a rodeiam. Esta preocupação com a autoimagem quando descontrolada pode gerar distorções da imagem corporal levando a transtornos alimentares. Consideramos que a distorção da imagem corporal acontece quando um indivíduo tem uma percepção do próprio corpo maior ou mais pesado do que ele realmente é (SECCHI; CAMARGO; BERTOLDO, 2009).

A concepção de saúde baseada em dieta equilibrada e exercícios físicos é amplamente divulgada e mesmo assim notamos que a adoção desses hábitos ainda é baixa. Mesmo com o culto ao corpo magro delineado, atualmente o excesso de peso cresce de maneira alarmante no Brasil, tornando-se um grande problema de saúde pública no país, atingindo todas as faixas etárias. Podemos dizer que essa baixa adesão aos hábitos saudáveis e o aumento do excesso de peso são justificados por inúmeras interações de fatores das esferas biopsicossociais, que incluem baixas condições de renda e problemas políticos e socioeconômicos (BRAGA; MOLINA; CADE, 2007). Estudos com adolescentes, por exemplo, demonstram uma influência do nível socioeconômico no controle de peso e no nível de satisfação com a imagem corporal multifatorial, condicionados ao conhecimento sobre alimentação saudável e nutrição e a possibilidade de compra de alimentos, a segurança e as conveniências para prática de exercícios físicos, bem como ao acesso a serviços de saúde de qualidade (PEREIRA et al., 2011). Além disso, alguns autores afirmam que em função desta cultura de culto ao corpo, existe uma marginalização de indivíduos com excesso de peso, dificultando até mesmo interações sociais, levando a problemas em relação à aceitação da autoimagem, valorização de

seu próprio corpo e autoestima, sendo as mulheres jovens mais vulneráveis às pressões dos padrões socioculturais, econômicos e estéticos. Em função disso, tornam-se o grupo de maior risco para desenvolver distúrbios alimentares (FERRIANI et al., 2005; BOSI et al., 2006), e alguns estudos vêm demonstrando que este risco aumenta quando se trata de estudantes da área da saúde, principalmente estudantes de educação física e nutrição (BOSI et al., 2006; GONÇALVES et al., 2008).

Métodos

O estudo foi submetido para aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Unifafibe e aprovado sob o parecer de nº 1.578.747. A coleta de dados foi realizada durante o período de agosto de 2016 no Centro Universitário UNIFAFIBE da cidade de Bebedouro – SP. A amostra foi selecionada por conveniência e foi constituída de 30 alunas dos cursos de Engenharia, Educação Física e Nutrição com idade entre 20 - 25 anos. Fizeram parte da amostra as 10 primeiras alunas de cada curso que consentiram participar do estudo. Foram coletados dados antropométricos como peso, avaliado por uma balança digital, com escala de 0,1 kg; altura, avaliada com a ajuda de um estadiômetro, escala de 0,1 m; circunferências, medidas com fita métrica, precisão de 0,1 cm, sendo avaliadas as circunferências: braquial (ponto médio entre o acrômio e o olecrano), abdominal (cicatriz umbilical) e de quadril (maior curvatura) (CUPPARI, 2005).

Com os dados de peso e altura coletados foi calculado o índice de massa corporal (IMC), com a fórmula $\text{peso}/\text{altura}^2$ (OMS, 2000). A medida de circunferência braquial foi avaliada de acordo com a proposta de Frisancho (1981). As circunferências abdominal e do quadril foram avaliadas por meio do cálculo da Razão Cintura-Quadril (RCQ). Este é feito através da divisão da circunferência da cintura, em centímetros, pela medida da circunferência do quadril, também em centímetros. A partir do resultado, o risco de doenças cardiovasculares é classificado de acordo com a faixa etária segundo a proposta da Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998).

Após aferição das medidas antropométricas, as participantes foram submetidas a um questionário sobre autoimagem corporal (*Body Shape Questionnaire* – BSQ) e foram categorizadas em níveis crescentes de preocupação com a imagem corporal de acordo com o somatório de pontos do questionário. O BSQ é uma escala de autopreenchimento de 34 perguntas com seis opções de respostas: 1) nunca, 2) raramente, 3) às vezes, 4) frequentemente, 5) muito frequente, 6) sempre, para serem respondidas segundo uma legenda (BOSI et

al., 2006). O número da resposta marcada equivale ao valor de pontos correspondente à questão, por exemplo, a resposta “nunca” vale um ponto e a resposta “sempre” vale seis pontos. Assim, o total de pontos obtidos no instrumento é somado e o valor

obtido é considerado como uma pontuação para cada avaliado. A classificação do escore obtido pela soma das respostas encontra-se no Quadro 1.

Quadro 1- Classificação de pontos do questionário sobre autoimagem corporal (*Body Shape Questionnaire - BSQ*).

Total de Pontos Obtidos	Classificação
<80	Ausência de Insatisfação
80 – 110	Insatisfação leve
111 – 140	Insatisfação Moderada
>140	Insatisfação Grave

Fonte: Bosí et al. (2006)

Os questionários foram preenchidos em papel pelas estudantes em horário de aula com consentimento prévio dos docentes responsáveis. Antes do preenchimento, as estudantes foram orientadas de que sua participação seria voluntária e que somente fariam parte do estudo aquelas que assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A identificação dos questionários foi feita apenas com o nome do curso (Engenharia, Educação Física e Nutrição). Tal condição garantiu o anonimato da participante, para evitar constrangimentos.

Resultados e discussão

O Índice de Massa corporal da maioria das universitárias apresentado nesse estudo foi classificado como eutrófico (Tabela 2). No curso de

Educação Física, 60% das participantes apresentaram IMC eutrófico; em Engenharia Civil, 90% e em Nutrição, 70%. Observou-se que no curso de Nutrição duas universitárias foram classificadas muito próximas ao limite inferior para sobrepeso, quase se classificando como eutróficas. Já no curso de Educação Física encontramos duas universitárias classificadas com obesidade segundo parâmetros de IMC.

Um fato interessante observado na pesquisa foi que, apesar de amostragem ter sido pequena, na parte da amostra correspondente ao curso de Engenharia Civil, que costuma apresentar menor pressão social em relação a padrões corporais, encontramos o maior índice de eutrofia segundo classificação por IMC.

Tabela 2- Índice de Massa Corporal das universitárias dos cursos avaliados no Centro Universitário UNIFAFIBE Bebedouro- SP

Classificação IMC	Educação Física		Engenharia Civil		Nutrição	
	n	%	n	%	n	%
Baixo	0	0	0	0	0	0
Eutrofia	6	60	9	90	7	70
Sobrepeso	2	20	1	10	3	30
Obesidade	2	20	0	0	0	0

O curso de Educação Física teve a maior média de IMC encontrada ($24,64 \pm 3,83 \text{ kg/m}^2$). Os cursos de Engenharia Civil e Nutrição tiveram médias muito próximas ($22,85 \pm 2,42 \text{ kg/m}^2$ e $22,19 \pm 3,88 \text{ kg/m}^2$, respectivamente).

Peso e altura são as medidas antropométricas mais comuns e utilizadas para o diagnóstico nutricional de adultos, por se tratarem de medidas que são obtidas de forma simples e praticamente sem custo nenhum. Porém, o seu propósito de avaliar diferentes faixas etárias vem sendo questionado, além de outros fatores como sexo e classe econômica que são fortes interferências na aferição das medidas

(GLANER, 2005), por este motivo avaliaram-se outros parâmetros como o cálculo da Relação Cintura-Quadril (RCQ).

A RCQ da maioria das universitárias presentes neste estudo foi classificada como risco moderado (73%) e 23% como risco alto. Apenas no curso de Educação Física houve classificação de risco muito alto para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (Tabela 3).

Um estudo feito por Carvalho et al. (2015) com 968 universitários com média de idade de 23 anos da cidade de São Luís no Maranhão demonstrou alta correlação do RCQ com outros marcadores

metabólicos para risco cardiovascular como alteração de perfil lipídico, pressão arterial elevada e resistência insulínica. Nota-se que avaliar este tipo de marcador pode ser interessante em estudos deste tipo

para aumentar a quantidade de parâmetros de avaliação nutricional além do IMC e posteriormente tentar promover ações de prevenção.

Tabela 3 – Relação Cintura Quadril (RCQ) das universitárias dos cursos avaliados no UNIFAFIBE Bebedouro- SP

Relação Cintura/Quadril	Educação Física		Engenharia Civil		Nutrição	
	n	%	n	%	n	%
Baixo	0	0	0	0	0	0
Moderado	6	60	8	80	8	80
Alto	3	30	2	20	2	20
Muito alto	1	10	0	0	0	0

A classificação segundo circunferência braquial (CB) permitiu evidenciar alguns possíveis casos de desnutrição leve que não apareceram durante a classificação por IMC (Tabela 4). Ao classificarmos a CB medida nas voluntárias foram

encontradas universitárias dos cursos de Nutrição e Educação Física com classificação de desnutrição leve. Quando comparado classificação do IMC e classificação da CB, nota-se que as porcentagens do curso de engenharia se mantiveram as mesmas.

Tabela 4 – Classificações da circunferência braquial das universitárias dos cursos avaliados no UNIFAFIBE Bebedouro- SP

Circunferência Braquial	Educação Física		Engenharia Civil		Nutrição	
	n	%	n	%	n	%
Desnutrição grave	0	0	0	0	0	0
Desnutrição moderada	0	0	0	0	0	0
Desnutrição Leve	1	10	0	0	2	20
Eutrofia	5	50	9	90	6	60
Sobrepeso	2	20	1	10	2	20
Obesidade	2	20	0	0	0	0

Geralmente as pesquisas feitas no Brasil sobre comportamentos alimentares e imagem corporal se referem a universitárias dos cursos de Nutrição e Educação Física. Porém, estudos relacionados à percepção da imagem corporal mostram que grande parte de mulheres estudadas tem uma distorção da imagem corporal, independente do curso ou da futura área de atuação (LAUS et al; 2009).

Os resultados obtidos com o BSQ mostraram que a maioria das universitárias foi classificada com ausência de insatisfação corporal. A média de pontuação na avaliação dos questionários dos cursos de Educação Física e Nutrição foram próximas, sendo de 66 ± 25 e $66,4 \pm 33$ pontos respectivamente. O curso de Educação Física foi o que teve o menor número de universitárias consideradas eutróficas segundo classificação por IMC, além de ser o único curso que apresentou uma voluntária com classificação de obesidade segundo esta mesma classificação, e com risco muito aumentado de desenvolver doenças cardiovasculares segundo RQC. Mesmo assim, a avaliação dos questionários deste grupo apresentou 80% de ausência de insatisfação, 10% de insatisfação leve e 10% de insatisfação moderada. Os demais cursos também contaram com o resultado de 80% de ausência de insatisfação, e em

Nutrição um dos questionários respondidos identificou uma insatisfação grave com a autoimagem corporal que deve ser melhor investigada para avaliar possíveis transtornos de imagem. A média de pontuação do curso de engenharia foi a maior, sendo de $74,2 \pm 29$. O resultado classifica-se como ausência de insatisfação, mas está bem próximo de uma insatisfação leve. Comparando-se os resultados das médias de pontuação dos questionários e das classificações pelos índices antropométricos, podemos inferir que a prevalência de satisfação com o corpo segundo o questionário condiz qualitativamente com a os resultados de classificação pelo IMC, porém é valido lembrar que todas as participantes apresentaram riscos de doenças cardiovasculares segundo RCQ, com prevalência de 70% das participantes com classificação para risco moderado para doenças cardiovasculares.

Analizando o contexto total é visto que 80% das universitárias de cada curso estão satisfeitas com seu corpo segundo avaliação pelo questionário BSQ e que 20% sofrem com alguma insatisfação com o mesmo.

O estudo realizado por Laus et al. (2009) também demonstrou que a percepção da imagem corporal não foi estatisticamente diferente entre as

áreas de saúde e humanas, deixando claro que a distorção ou não sobre a autoimagem, existe independente da área de estudo.

Conclusão

A avaliação antropométrica das universitárias demonstrou uma prevalência de eutrofia segundo classificação por IMC e por CB, apesar disso, o RCQ calculado demonstrou prevalência de risco moderado para doenças cardiovasculares.

O estudo não conseguiu evidenciar relações entre a escolha acadêmica e os parâmetros de auto percepção das universitárias, embora tenha encontrado casos que necessitam de melhor investigação e acompanhamento, pois um dos questionários respondidos identificou uma insatisfação grave com a autoimagem corporal, que já pode indicar um início de transtorno de imagem. Devemos lembrar que o estudo contou com uma amostra ainda pequena e que mais estudos devem ser conduzidos para melhor avaliar a correlação da percepção da imagem com a escolha universitária.

Estudos como esse podem auxiliar na identificação de padrões de escolhas acadêmicas que levam à transtornos alimentares, podendo assim contribuir para a melhor investigação destes transtornos.

Apesar de não ter encontrado correlação entre a escolha acadêmica e a percepção corporal, este estudo sugere a importância de uma avaliação nutricional e de percepção corporal, principalmente entre mulheres, pois estas são mais vulneráveis à preocupação com sua imagem independente do curso ou da futura área de atuação.

Referências

BRAGA, P.D; MOLINA, M.CB.; CADE, N.V. Expectativas de adolescentes em relação a mudanças do perfil nutricional. *Ciênc. Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro , v. 12, n. 5, p. 1221-1228, 2007.

BOSI, M..L.M. et al . Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *J. Bras. Psiquiatr.*, Rio de Janeiro , v. 55, n. 2, p. 108-113, 2006.

CARVALHO, C.A de et al . Associação entre fatores de risco cardiovascular e indicadores antropométricos de obesidade em universitários de São Luís, Maranhão, Brasil. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro , v. 20, n. 2, p. 479-490, 2015.

CONTI.M..A. Os Aspectos que compõem o conceito de imagem corporal pela ótica do Adolescente; *Rev. Bras Crescimento Desenvolvimento Hum.*;v.18, n.3, p.240-253, 2008.

CUPPARI, L. *Nutrição clínica no adulto*. 2. ed. São Paulo: Manole, 2005.

FERRIANI, M.G.C. et al. Auto-imagem corporal de adolescentes atendidos em um programa multidisciplinar de assistência ao

adolescente obeso. *Rev. Bras. Saude Mater. Infant.*, Recife, v. 5, n. 1, p. 27-33, Mar. 2005.

FRISANCHO, A.R. New norms of upper limb fat and muscle areas for assessment of nutritional status. *American Journal of Clinical Nutrition*, v.34, n.11, p.2540-2545, 1981.

GONCALVES, T.D. et al. Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. *J. bras. psiquiatr.*, Rio de Janeiro , v. 57, n. 3, p. 166-170, 2008

GLANER, M. F. Índice de massa corporal como indicativo da gordura corporal comparado às dobras cutâneas. *Rev Bras Med Esporte*, Niterói , v. 11, n. 4, p. 243-246, Ag. 2005.

LAUS, M.F; MOREIRA, R.C.M; COSTA, T.M.B. Diferenças na percepção da no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. *Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul*, v.31, n.3, p.192-196, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Obesity: preventing and managing the global epidemic*. Geneva: WHO; 1998.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a World Health Organization Consultation*. Geneva: World Health Organization, 2000. p. 256. WHO Obesity Technical Report Series, n. 284.

PEREIRA, E. F. et al. Percepção da imagem corporal e nível socioeconômico em adolescentes: revisão sistemática. *Rev Paul Pediatr*, v. 29, n.3, p.423-9, 2011.

SECCHI, K, CAMARGO,B.V, BERTOLDO,B.R. Percepção da Imagem Corporal e Representações Sociais do Corpo. *Psic.: Teor. e Pesq.*, v. 25, n. 2, p. 229-236, 2009.

Submetido em:07/03/2017

Aceito em: 17/03/2017