

**ELISA PINHEIRO FERRARI**

**PERCEÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E FATORES  
ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Florianópolis – SC  
2012**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Por

Elisa Pinheiro Ferrari

---

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em  
Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina  
como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em  
Educação Física.

Área de concentração: Cineantropometria e Desempenho Humano

Fevereiro, 2012

Catálogo na fonte pela Biblioteca Universitária  
da  
Universidade Federal de Santa Catarina

F375p Ferrari, Elisa Pinheiro  
Percepção da imagem corporal e fatores associados em  
universitários do curso de educação física [dissertação] /  
Elisa Pinheiro Ferrari ; orientador, Edio Luiz Petroski. -  
Florianópolis, SC, 2012.  
84 p.: graf., tabs.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa  
Catarina, Centro de Desportos. Programa de Pós-Graduação em  
Educação Física.

Inclui referências

1. Educação física. 2. Atividade Motora. 3. Estudantes  
universitários - Nutrição. 4. Imagem corporal. I. Petroski,  
Edio Luiz. II. Universidade Federal de Santa Catarina.  
Programa de Pós-Graduação em Educação Física. III. Título.

CDU 796

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

A dissertação **PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Elaborada por Elisa Pinheiro Ferrari

e aprovada por todos os membros da Banca Examinadora, foi aceita pelo programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina e homologada pelo Colegiado do Curso, como requisito parcial à obtenção do título de

**MESTRE EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

Àrea de Concentração – Cineantropometria e Desempenho Humano

Data: 23/02/2012



---

Prof. Dr. Fernando Diefenthaler  
Coordenador do Programa de Pós-Graduação em Educação Física

**BANCA EXAMINADORA:**



---

Prof. Dr. Edio Luiz Petroski-Orientador



---

Prof. Dr. Ciro Romélio Rodriguez-Añez (Membro Externo)



---

Prof. Dra. Nivia Marcia Velho (Membro Interno)

## DEDICATÓRIA

*Aos meus pais!*

Sr. José Jorge Ferrari e Sra. Marilda  
Martins Pinheiro Ferrari pelo exemplo  
de amor, cumplicidade, dedicação,  
superação e dignidade.

## AGRADECIMENTOS

A **Deus**, que coloca em nossas vidas obstáculos que às vezes julgamos impossíveis, mas que ao superá-los, identificamos a tamanha força que dele recebemos;

Aos meus pais, **Jorge** e **Marilda** que não medirão esforços para me proporcionar a continuação dos estudos estando sempre ao meu lado, nada que eu faça poderá retribuir o que vocês tem feito por mim;

Ao, **Armin**, por estar ao meu lado em todos os momentos, dividindo minhas angústias, aflições e alegrias, além de me auxiliar com os softwares, você tornou esta caminhada mais leve e prazerosa;

À minha irmã, **Eloisa** pela companhia diária nestes anos em Floripa, diminuindo minha solidão e possibilitando momentos divertidos;

Ao professor, **Edio** por ter acreditado e me dado a oportunidade de aprender continuamente, nestes anos ao seu lado. Você é um exemplo de seriedade e dedicação a pesquisa;

Ao meu co-orientador e amigo **Diego**, por ter me oportunizado trabalhar ao seu lado e aprender um pouco do seu imenso conhecimento;

Aos Professores **Ciro** e **Nivia** que aceitaram participar da banca, desde já reconhecido o tempo dispensado e as contribuições para o trabalho;

À professora **Bárbara**, que me apresentou a vida acadêmica;

Aos amigos que fiz durante esta caminhada, Cilene, Danielle, Simone, Lucélia, Diego, Giseli, Sueyla, Ricardo, Shana, Yara, Juliane, Alex, Alexsander, Teresa, Pepe, Luiz, Filipe, Raildo, Angélica, Luana, Tatiane Fernanda, Estela...

Aos meus queridos **nucidetes** e aos colegas do **NUPAF** pela convivência diária;

Aos colegas do **GEMA**, em especial a profa. **Rosane**, por ter me oportunizado conviver ao seu lado durante o estágio de docência;

À Universidade Federal de Santa Catarina que me acolheu, oportunizando-me com conhecimento gratuito e de qualidade.

A CAPES pelo apoio financeiro;

Enfim, agradeço a todos que diretamente ou indiretamente foram fundamentais para a conclusão desta etapa tão importante na minha vida.

**MUITO OBRIGADA!!!**

## RESUMO

### **PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Autor (a): Elisa Pinheiro Ferrari

Orientador: Prof. Dr. Edio Luiz Petroski

Objetivou-se verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e a associação com características sociodemográficas (sexo, idade, escolaridade dos pais, estado civil, curso, trabalho, moradia, turno de estudo e renda); comportamentos relacionados à saúde (hábitos alimentares, uso do tabaco e consumo excessivo de bebidas alcoólicas); estado nutricional. Foram avaliados 36 universitários (40% da população), sendo 124 do curso de licenciatura e 127 homens, selecionados por voluntariedade. A percepção da imagem corporal foi mensurada utilizando a escala de silhuetas corporais e as variáveis sociodemográficas, nível de atividade física, hábitos alimentares e estado nutricional por meio de um questionário em versão web construído a partir de instrumentos validados e empregados em outros estudos no Brasil. Os dados foram tratados utilizando-se a estatística descritiva apropriada e a associação entre as variáveis por meio de qui-quadrado (exato de Fisher) e da regressão multinomial utilizando o pacote estatístico SPSS<sup>®</sup>, versão 15.0. O nível de significância adotado foi de 5%. A insatisfação com a imagem corporal foi de 69,7% no sexo masculino e 69,3% no feminino. A insatisfação por excesso esta associada ao sexo feminino e ao IMC  $\geq 25,0$  kg/m<sup>2</sup>. Os fatores associados à insatisfação por magreza foram: sexo masculino, prática de <739,61min semanais de atividade física, alimentação inadequada e consumir tabaco. Com relação aos estágios de mudança de comportamento, o mesmo esteve associado à insatisfação com a imagem corporal para o sexo feminino, sendo que as mulheres que apresentaram um comportamento inativo fisicamente demonstraram insatisfação tanto por excesso de peso, quanto por magreza. Estes achados indicam, a necessidade de intervenções voltadas a aceitação corporal no ambiente acadêmico a partir da aquisição de comportamentos saudáveis, como,

prática regular de atividade física e alimentação adequada, a fim de gerar maior satisfação com a imagem corporal.

**Palavras-chave:** Atividade motora, Estado nutricional, Estudantes, Imagem corporal.

## ABSTRACT

### **BODY IMAGE PERCEPTION AND ASSOCIATED FACTORS AMONG PHYSICAL EDUCATION STUDENTS**

Author: Elisa Pinheiro Ferrari

Advisor: Prof. Dr. Edio Luiz Petroski

This study assessed the prevalence of dissatisfaction with body image and association with sociodemographics (sex, age, parental education, marital status, travel, work, housing, period of study and income), health-related behaviors (diet, tobacco use and excessive consumption of alcoholic beverages), nutritional status. We evaluated 36 students (40% of the population) and the 124 degree course and 127 men, selected as volunteers. The perception of body image was measured using a scale of silhouettes and sociodemographic variables, physical activity, dietary habits and nutritional status by means of a questionnaire to the web version constructed from validated instruments used in other studies in Brazil. The data were processed using the appropriate descriptive statistics and correlations among the variables using chi-square (Fisher's exact test) and multinomial regression using the statistical package SPSS ® version 15.0. The significance level was 5%. Dissatisfaction with body image was 69.7% in males and 69.3% in females. Dissatisfaction excess is associated with female sex and  $BMI \geq 25.0 \text{ kg} / \text{m}^2$ . Factors associated with dissatisfaction by malnutrition were: male gender, practice  $< 739.61$  minutes per week of physical activity, unhealthy diet and consume tobacco. Regarding the stages of behavior change, it was associated with dissatisfaction with body image for women, and women who were physically inactive behavior showed dissatisfaction by both overweight, and by thinness. These findings indicate the need for interventions focused on body acceptance in the academic environment from the acquisition of healthy behaviors, such as, regular physical activity and proper nutrition in order to generate greater satisfaction with body image.

**Key-words:** Physical activity, Nutritional status, Students, Body image.

## SUMÁRIO

LISTA DE ANEXOS.....	xiii
LISTA DE APÊNDICES.....	xiv
LISTA DE TABELAS.....	xv
LISTA DE QUADROS.....	xvi
LISTA DE FIGURAS.....	xvii
LISTA DE SIGLAS E SÍMBOLOS.....	Xviii
I. INTRODUÇÃO.....	1
O problema e sua importância	
Objetivos	
Objetivo geral	
Objetivos específicos	
Definição das hipóteses	
Delimitação do estudo	
Justificativa	
Definição de termos	
II. REVISÃO DE LITERATURA.....	9
Imagem corporal	
Imagem corporal e variáveis sociodemográficas	
Imagem corporal e comportamentos relacionados à saúde (nível de atividade física, uso de tabaco, hábitos alimentares e consumo excessivo de bebida alcoólica)	
Imagem corporal e estado nutricional	
III. MATERIAL E MÉTODOS.....	20
Caracterização da pesquisa	
População e amostra	
Critérios de inclusão	
Instrumentos e procedimentos de medida	
Procedimentos para coleta de dados	
Tratamento estatístico	
IV. RESULTADOS.....	28

V. DISCUSSÃO.....	36
VI. CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES.....	40
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
ANEXOS.....	53
APÊNDICES.....	61

**LISTA DE ANEXOS**

1. Questionário de percepção da imagem corporal.....	54
2. Questionário internacional de atividade física – IPAQ.....	56
3. Questionário de Estilo Vida Fantástico.....	58

**LISTA DE APÊNDICES**

1. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	62
2. Questionário.....	64

## LISTA DE TABELAS

1. Classificação do IMC para adultos, segundo os critérios da OMS.....	23
2. Classificação do IMC para adultos, agrupada em três categorias segundo os critérios da OMS.....	23
3. Distribuição da amostra em relação às características sociodemográficas, de acordo com o sexo, de universitários do curso de Educação Física, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.....	29
4. Prevalência de Insatisfação com a imagem corporal por magreza e por excesso de peso, de acordo com as variáveis independentes em universitários do curso de Educação Física. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.....	30
5. Odds ratio e intervalos de confiança da análise bruta e ajustada da regressão logística multinomial entre percepção da imagem corporal (categoria de referência = satisfação com a imagem corporal) de universitários do curso de Educação Física, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.....	33

**LISTA DE QUADROS**

Quadro 1. Variáveis analisadas no estudo.....	25
---	----

**LISTA DE FIGURAS**

Figura 1. Proporção de universitários em cada categoria da percepção da imagem corporal de acordo com o sexo. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.....	28
--	----

## LISTA DE SIGLAS E SÍMBOLOS

ABEP	Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa
CEBRID	Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas
CDS	Centro de Desportos
E.P	Escolaridade do pai
E.M	Escolaridade da mãe
IC	Intervalo de confiança
IC95%	Intervalo de confiança de 95%
IMC	Índice de massa corporal
NuCIDH	Núcleo de Cineantropometria e Desempenho Humano
OMS	Organização mundial da saúde
OR	Odds ratio
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
Vigitel	Vigilância de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina

## CAPÍTULO 1

### INTRODUÇÃO

#### O problema e sua importância

Atualmente, em virtude da ocorrência de fatores como urbanização, crescimento econômico, mudanças tecnológicas e culturais, verifica-se alterações nos padrões dietéticos e nutricionais da população brasileira, como um consumo elevado de gordura saturada, açúcar e alimentos com baixo teor de fibras e uma redução no consumo de carboidratos complexos, frutas, verduras e legumes. Refletindo em um aumento considerável nas prevalências de sobrepeso e obesidade (Ribeiro et al., 2006).

Em contrapartida, a sociedade preconiza a adoção de corpos magros para o sexo feminino e hipertrofiados, para o masculino, como sendo sinônimo único de beleza, gerando insatisfação com a imagem corporal por parte daqueles que não conseguem atingir este padrão (Schwartz & Brownell, 2004). De acordo com Slade (1988) a imagem corporal é a ilustração, que se tem na mente, referente ao tamanho, imagem e forma do corpo, expressando também sentimentos relacionados a essas características, bem como as partes que o constituem.

A população universitária, em virtude das características próprias decorrentes da adolescência e início da juventude, como, instabilidade biopsicossocial que agregada à inserção ao meio acadêmico, impõe uma nova realidade social tornando os estudantes vulneráveis as pressões exercidas pela sociedade quanto aos aspectos corporais (Vitolo, Bortolini & Horta 2006).

A literatura nacional tem apresentado altas prevalências de insatisfação com a imagem corporal em universitários. Coqueiro, Petroski, Pelegrini e Barbosa (2008), verificaram uma proporção de insatisfeitos de 78,8%. Gonçalves, Barbosa, Rosa e Rodrigues (2008), encontraram que 75,8% dos estudantes de Educação Física e 78,2% de nutrição da Universidade de Taubaté, SP estavam insatisfeitos. Quadros et al. (2010) em estudantes da Universidade Federal de Santa Catarina e Rech, Araújo e Vanat (2010) em estudantes de Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa, PR identificaram prevalências de 77,6% e 61,2% respectivamente.

Esta alta prevalência de insatisfação corporal levanta preocupações, pois os padrões culturais de atratividade física que promovem a

importância do peso corporal são tão influenciadores que podem predispor os jovens ao desenvolvimento de padrões excessivos de atividade física e dietas alimentares (Gucciardi, Celasun, Ahmad & Stewart 2004). De acordo com Morgan, Vecchiatti e Negrão (2002), tais comportamentos redundam, cada vez em maior número, no desenvolvimento de transtornos alimentares, como a anorexia e bulimia nervosas, as verdadeiras doenças dos países industrializados e, cada vez mais, dos países em desenvolvimento.

Alguns estudos sugerem que em acadêmicos de cursos nos quais a aparência física é importante, como Educação Física, o alto nível de insatisfação é mais freqüente, em função, justamente, desse interesse pessoal pelas questões corporais (Fredenberg, Berglund & Dieken 1996; O'Brien & Hunter, 2006.). Entretanto, essa hipótese ainda é controversa. Laus, Moreira e Costa (2009), não encontraram diferenças na percepção da imagem corporal entre os universitários vinculados a área da saúde (Nutrição e Educação Física) e os universitários da área de humanas (publicidade e administração). Desta forma, a elaboração de estudos que investiguem a insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários de diversas áreas é fundamental para esclarecer esta questão.

A realização das dietas apresenta-se como uma prática comum principalmente entre jovens do sexo feminino, que restringem o seu consumo alimentar, apresentando uma alimentação inadequada, a fim de obter o corpo magro imposto culturalmente (Vocks, Legenbauer & Heila et al., 2007). Jaworowska e Grzegorz (2009), em um estudo cujo objetivo, foi verificar a associação entre percepção da imagem corporal, estado nutricional, sexo e prática de dietas em estudantes do curso de Farmácia na Polônia, observou que as mulheres insatisfeitas com a imagem corporal relataram restrição no consumo dietético. Sugerindo que a insatisfação com a imagem corporal está associada a prática de dietas excessivas e por consequência a uma alimentação inadequada.

Embora a insatisfação com a imagem corporal, possa desencadear a prática excessiva de atividade física, como forma de obter os padrões corporais estabelecidos culturalmente (Snyder, 1997). Estudos recomendam intervenções voltadas a promoção de um estilo de vida ativo, sem exageros, principalmente entre indivíduos insatisfeitos, pelo fato da prática da atividade física, estar ligada à estética corporal, podendo interferir em uma melhor percepção da auto-estima, refletindo em uma maior satisfação com o corpo (Heinberg, Thompson & Matzon, 2001; Heinberg, 2005).

Kruger, Chong-Do, Ainsworth e Macera (2008), ao investigarem a associação entre percepção da imagem corporal e nível de atividade física em adultos jovens, verificaram que os indivíduos insatisfeitos com a imagem corporal eram menos ativos que os satisfeitos. Por sua vez, Rech et al. (2010) em um estudo com universitários de Educação Física não encontraram associação entre imagem corporal e atividade física.

Enquanto não há consenso na literatura entre a associação do nível de atividade física com a insatisfação da imagem corporal, a relação da insatisfação com a imagem corporal e o estado nutricional, por meio do índice de massa corporal (IMC) está bem consolidada. Estudos relataram que tanto os universitários com excesso de peso quanto os considerados com o peso corporal adequado estão insatisfeitos com a imagem corporal pelo excesso de peso, enquanto os com baixo peso apresentaram insatisfação por magreza. (Coqueiro et al., 2008; Kakeshita & Almeida, 2006; Rech et al., 2010; Quadros et al., 2010). Mesmo diante deste fato firmado, torna-se necessário explorar a associação entre estas variáveis, para identificar em quais categorias de classificação do IMC os universitários investigados estão mais insatisfeitos, a fim de estabelecer os programas de intervenção voltados para esta população de risco.

A aquisição e manutenção de fatores de risco relacionados ao estilo de vida, dentre eles, o uso de tabaco e o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, tem sido associados à insatisfação com a imagem corporal (Kear, 2002; Prokhorov et al., 2003; Vickers et al., 2003). Clark et al. (2005), ao examinarem a associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o uso de tabaco em universitários, verificaram um maior nível de insatisfação em fumantes em comparação aos não-fumantes.

Em relação ao consumo de bebida alcoólica, Antin e Paschall (2011), encontraram que as mulheres insatisfeitas com a imagem corporal foram as que relataram maior consumo, enquanto os homens insatisfeitos, demonstraram consumir menor quantidade de bebida alcoólica. Segundo Steele e Josephs (1990), este comportamento se deve, em função do álcool atuar como uma espécie de reforço emocional para os indivíduos insatisfeitos com a sua imagem corporal. No estudo de Hull (1981), observa-se que o consumo de bebida alcoólica, por diminuir a sensibilidade e o afeto em situações aversivas, proporciona ao indivíduo uma autoavaliação negativa da sua imagem corporal. Sendo assim, salienta-se a importância de explorar estas associações, com o intuito de fornecer a literatura subsídios para, auxiliar na implantação de intervenções voltadas ao combate ao fumo e ao consumo

excessivo de bebida alcoólica pautadas na insatisfação com a imagem corporal.

Além das características físicas, e do estilo de vida, a insatisfação com a imagem corporal também pode estar relacionada a alguns fatores sociodemográficos, dentre eles, sexo, nível socioeconômico e idade. Rech et al. (2010), analisando a autopercepção da imagem corporal e sua associação com os indicadores sociodemográficos (sexo, idade, turno de estudo, ocupação e renda), estado nutricional e nível de atividade física, concluiu que a autopercepção negativa da imagem corporal esteve associada somente ao sexo e ao estado nutricional nos universitários.

Costa e Vasconcelos (2010), ao estimar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e testar a associação com fatores socioeconômicos (escolaridade materna e paterna e renda familiar mensal), comportamentais e nutricionais em universitárias ingressantes em uma universidade pública de Florianópolis, SC, não observaram associação entre as variáveis socioeconômicas analisadas e a imagem corporal. Todavia, alguns estudos identificaram que as mulheres economicamente mais favorecidas são mais insatisfeitas que as menos favorecidas, entre os homens não foi observado associação (Ogden & Thomas, 1999; Wardle & Griffith, 2001).

Sendo assim, verifica-se a necessidade de investigar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e os fatores associados em universitários do curso de Educação Física, a fim de promover um melhor entendimento em relação às questões levantadas.

Neste contexto, esta pesquisa pretende responder as seguintes questões-problema:

- Qual é a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em estudantes do curso de Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC.
- Quais são os fatores que estão associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física da UFSC?

## **Objetivos do estudo**

### **Objetivo geral**

Analisar a percepção da imagem corporal e os fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em universitários do curso de Educação Física de uma universidade pública federal.

### **Objetivos específicos**

- Verificar a associação entre a insatisfação com a imagem corporal e variáveis sócio-demográficas (idade, sexo, estado civil, com quem mora, ocupação profissional, turno de estudo e renda familiar) em universitários do curso de Educação Física de uma universidade pública federal.

- Verificar a associação da insatisfação com a imagem corporal com o estado nutricional em universitários do curso de Educação Física de uma universidade pública federal.

- Verificar a associação entre insatisfação com a imagem corporal com comportamentos relacionados à saúde (uso de tabaco, consumo de bebidas alcoólicas, hábitos alimentares e nível de atividade física) em universitários do curso de Educação Física de uma universidade pública federal.

## **Definição das hipóteses**

- A insatisfação com a imagem corporal está associada com, maior nível socioeconômico e ao sexo feminino;

- A insatisfação com a imagem corporal está associada com estado nutricional, sendo que quanto maior o IMC maior a insatisfação;

- A insatisfação com a imagem corporal está associada com os seguintes comportamentos relacionados à saúde: uso de tabaco, consumo excessivo de bebidas alcoólicas, alimentação inadequada e menores níveis de atividade física.

## **Delimitação do estudo**

Foram incluídos no estudo universitários de ambos os sexos, matriculados nos cursos de bacharelado e licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina.

## **Justificativa**

É crescente a prevalência de excesso de peso, em todos os estratos da população brasileira, em virtude da adoção de comportamentos não saudáveis, dentre eles, uma dieta inadequada, rica em alimentos com alto teor de gordura e baixos níveis de atividade física (Ribeiro et al., 2006). O aumento das estimativas de sobrepeso e obesidade juntamente com a propagação de estereótipos magros para as mulheres e musculosos para os homens, induz ao desenvolvimento de insatisfação com a imagem corporal (Damasceno et al., 2005).

A população universitária em decorrência do seu ingresso no meio acadêmico, e todas as características pertinentes a esta fase, dentre elas, necessidade de inserção em um novo meio social, novas obrigações estudantis, distanciamento do convívio familiar, estão mais propensas ao desenvolvimento de insatisfação com a imagem corporal (França & Colares, 2008). Dentre eles, os estudantes de cursos vinculados a área da saúde, principalmente os ligados as questões corporais, como Educação Física e Nutrição.

Dentre os possíveis fatores associados à insatisfação com a imagem corporal destaca-se, as variáveis sócio-demográficas, estado nutricional, nível de atividade física, uso de tabaco, consumo de bebida alcoólica e hábitos alimentares saudáveis. Destaca-se mais especificamente que a insatisfação com a imagem corporal esta associada com: o sexo feminino, maior nível socioeconômico, maior IMC, hábitos alimentares inadequados, consumo de bebida alcoólica em excesso, e o uso de tabaco (Ogden & Thomas, 1999; Clark et al., 2005; Kakeshita & Almeida, 2006; Jaworowska & Bazylak, 2009; Rech et al., 2010).

Porém em relação ao nível de atividade física não há consenso na literatura a respeito da sua associação com a insatisfação com a imagem corporal. Rech et al. (2010), ao analisar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes do curso de Educação Física não encontrou associação entre as variáveis, imagem corporal e nível de atividade física. Kruger et al. (2008), ao examinar a prevalência de satisfação com a imagem corporal de acordo com características sociodemográficas e estilo de vida ativo, verificou que os homens e as mulheres brancos que estavam insatisfeitos com a imagem corporal foram menos propensos a serem fisicamente ativos, em relação aos seus pares satisfeitos, ou seja, verifica-se que talvez a insatisfação com a imagem corporal, possa ser o agente promotor do comportamento sedentário, no entanto, Fermino, Pezzini e Reis (2010) identificaram que

o maior nível de insatisfação com a imagem corporal esteve relacionado como maior motivo para a prática de atividade física.

Desta forma, torna-se necessário orientar os universitários quanto as questões relacionadas ao corpo impostas pela sociedade e até que ponto as mesmas são condizentes com a manutenção de uma boa saúde. Uma vez, que estes, serão futuros profissionais de Educação Física e pretendem trabalhar em promoção da saúde mediante o estímulo de hábitos saudáveis.

### **Definição de termos**

#### Imagem corporal

Constructo de múltiplas facetas, integrado de uma variedade de dimensões mensuráveis, que se desenvolve por meio de pensamentos, sentimentos e percepções acerca da própria aparência geral, das partes do corpo e das estruturas e funções fisiológicas (Hart, 2003).

#### Atividade Física

Qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulta em um gasto energético maior do que os níveis de repouso (Caspersen, Powell & Christenson, 1985).

#### Estado nutricional

Expressa o grau nos quais as necessidades fisiológicas por nutrientes estão sendo alcançadas, para manter a composição e funções adequadas do organismo, resultando do equilíbrio entre a ingestão e a necessidade de nutrientes (Acuña & Cruz, 2004).

#### Tabagismo

É uma toxicomania caracterizada pela dependência física e psicológica do consumo de nicotina, substância presente no tabaco (Buarque, 2010).

#### Hábitos alimentares

Tipos de escolha e consumo de alimentos por um indivíduo, ou grupo, em resposta a influências fisiológicas, psicológicas, culturais e sociais (Dutra, 2004).

#### Consumo excessivo de álcool

Consumo elevado de álcool, onde o indivíduo tem a perda da liberdade de se abster de beber álcool (Schuckit, 1998).

#### Nível socioeconômico

Aplicação empírica da teoria funcionalista, que explica o fenômeno da estratificação social pelas diferenças na realização de status (status achievement) dos indivíduos e reconhece uma estrutura hierárquica da sociedade com base na renda familiar (Blau & Duncan, 1967).

## CAPÍTULO 2

### REVISÃO DE LITERATURA

Este capítulo traz a fundamentação teórica referente aos temas analisados no presente estudo. O primeiro tópico trata da imagem corporal, objeto principal deste trabalho, sendo a leitura direcionada à população de universitários (principalmente do curso de Educação Física). Em seguida, são abordados os principais estudos que analisaram a associação entre a insatisfação com a imagem corporal com fatores sociodemográficos (sexo, idade, escolaridade dos pais, estado civil, curso, ocupação profissional, moradia, turno de estudo e renda familiar mensal). Na sequência, os comportamentos relacionados a saúde são explorados (nível de atividade física, uso de tabaco, hábitos alimentares e consumo excessivo de bebida alcoólica), com foco na associação com a insatisfação corporal. E por fim, essa revisão trata do estado nutricional e sua associação com a imagem corporal.

#### **Imagem Corporal**

Ao longo da História, nota-se o quão forte é a influência da cultura, enquanto reguladora do comportamento humano. Sendo assim, é compreensível a tendência de um indivíduo a moldar as suas atitudes e ações em função do que é aceitável no seu meio social, buscando se enquadrar nos requisitos exigidos pela sua cultura. Considerando que na atualidade, sobretudo nas sociedades ocidentais, há a imposição de corpos magros para as mulheres e musculosos para os homens, como sinônimo de beleza, atratividade sexual e sucesso juntamente com uma grande oferta de alimentos pouco saudáveis (como os *fasts foods*) é comum que os indivíduos por não se enquadrarem neste perfil corporal desenvolvam insatisfação com a sua imagem corporal (Ribeiro, et al. 2006).

Diversas são as definições para a imagem corporal, segundo Friedman e Brownell, (1995) a mesma consiste em um construto multidimensional composto de representações sobre o tamanho e a aparência do corpo e de respostas emocionais associadas ao grau de satisfação suscitado por essas percepções.

Para McCabe e Ricciardelli (2004), é um fenômeno de componentes afetivos, cognitivos, perceptivos e comportamentais. A dimensão afetiva envolve os sentimentos individuais em relação à

aparência do corpo (Cash & Green, 1986) e como o indivíduo se sente (Pelegrini & Petroski, 2010). Adami, Fernandes, Frainer e Oliveira (2005), a conceituam como um complexo fenômeno humano que envolve aspectos cognitivos, afetivos, socioculturais e motores estando intrinsecamente associada com o conceito que o indivíduo tem de si próprio e das interações entre o ser e o meio em que vive, sendo frequentemente associada à discrepância entre a percepção e o desejo relativo a um tamanho e a uma forma corporal (Almeida et al., 2005).

Há evidências de que a mídia tem influência sobre os distúrbios da imagem corporal, pois ao mesmo tempo em que exige corpos perfeitos, estimula práticas alimentares não-saudáveis. Além disso, a divulgação de corpos esqueléticos ou musculosos apresentados em revistas, novelas e comerciais torna muito difícil, principalmente para os jovens, considerar a beleza em sua diversidade e singularidade sem se prender a padrões estéticos cada vez mais inatingíveis (Saikali et al., 2004).

Diante disso, e das características inerentes a vida acadêmica como, aquisição de tarefas individuais e sociais, dentre elas, necessidade de inserção em um novo meio social, novas obrigações estudantis e distanciamento do convívio familiar que a população universitária se apresenta vulnerável ao desenvolvimento de insatisfação com a imagem corporal (França & Colares, 2008).

A literatura nacional e internacional tem apresentado prevalências de insatisfação com a imagem corporal, superior a 50% em estudantes universitários (Coqueiro et al., 2008; Grossbard, Lee, Neighbors & Larimer, 2008; Rech et al., 2010; Quadros, et al., 2010). Coqueiro et al. (2008) verificou em estudantes de Educação Física uma frequência de insatisfeitos com a imagem corporal de 78,8%. Assim como Quadros et al. (2010) em estudantes de educação física da Universidade Federal de Santa Catarina e Rech et al. (2010) em estudantes de Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa, PR identificaram prevalências de 77,6% e 61,2% respectivamente.

Esta alta prevalência pode ser explicada em virtude da supervalorização da aparência nos dias atuais, o que desencadeia uma busca pela beleza ditada pela sociedade. De acordo com Jonzon (2009), as pessoas querem melhorar sua aparência na tentativa de aperfeiçoar sua auto-imagem e conseqüentemente, aprimorar suas relações sociais e aumentar sua probabilidade de sucesso nas situações sociais. E desta forma, adotam comportamentos inadequados que implicam em malefícios a saúde, como forma de obter o tão visado corpo e por conseqüência uma satisfação com a imagem corporal. Morgan,

Vecchiatti e Negrão (2002) relatam que a preocupação com o corpo é o principal responsável pelos transtornos alimentares, como anorexia e bulimia sendo, muitas vezes, desencadeada por uma insatisfação com o peso e a forma física.

Em acadêmicos de cursos nos quais a aparência física é importante, como Educação Física, o alto nível de insatisfação é mais freqüente, em função, justamente, desse interesse pessoal pelas questões corporais. O que tem gerado preocupações, uma vez que elevados níveis de insatisfação com a imagem corporal podem estar relacionados ao surgimento de distúrbios alimentares, dentre eles, anorexia nervosa cujas complicações sérias estão associadas com a desnutrição, como comprometimento cardiovascular, desidratação, distúrbios eletrolíticos, distúrbios na motilidade gastrointestinal, infertilidade, hipotermia e outras evidências de hipometabolismo (Vilela & Lamounier, 2004). E constitui, hoje uma epidemia silenciosa ainda não reconhecida pelas políticas públicas no setor da saúde (Andrade & Bosi, 2002); baixa autoestima e prática excessiva de atividade física principalmente entre as mulheres que buscam alcançar a estrutura corporal magra predita pela sociedade (Almeida, Santos, Paisan & Loureira, 2005; Kakeshita & Almeida, 2006).

### **Imagem corporal e variáveis sociodemográficas**

A insatisfação com a imagem corporal pode estar associada a algumas variáveis sociodemográficas, dentre elas o sexo, cuja relação já está bem fundamentada na literatura. Aponta-se que as mulheres são mais pressionadas culturalmente a possuírem uma beleza imposta pela mídia. E desta forma, buscam diminuir sua silhueta mesmo quando já se encontram com o peso dentro dos padrões considerados normais para a saúde. Em geral, os homens estão mais satisfeitos com seu corpo e os percebem com menos distorção (Melin & Araújo, 2002), sendo que a maioria considera o corpo mais musculoso como representação da imagem corporal masculina ideal (Assunção, 2002). Ao contrário das mulheres, que estão mais preocupadas com o peso, os homens relatam maior preocupação com a forma física e a massa corporal, e buscam, especificamente, aumento da massa muscular (Melin & Araújo, 2002).

Pope et al. (2000) realizaram um experimento para identificar o tipo físico ideal em relação à gordura corporal e massa muscular de homens da Áustria, Estados Unidos e França. Os resultados demonstram o desejo de redução do percentual de gordura e aumento da massa

muscular. Americanos e austríacos consideram como ideal 10,0% de percentual de gordura em média, enquanto os franceses desejam ter em torno de 13,0%. Em relação à massa muscular, para os homens dos três países, havia um desejo de aumento em torno de 14kg. Jacobi e Cash (1994) investigaram a autopercepção e os atributos físicos idealizados (tamanho corporal, peso, estatura, musculatura, cor de cabelos e olhos), entre 66 homens e 69 mulheres, com média de idade de 21 anos. Os resultados indicam que os homens querem ter um corpo maior, ser mais pesados e ter mais músculos. Em relação às mulheres, elas desejam ter um corpo menor, com menos peso e ser mais musculosas e mais altas.

Damasceno, Lima, Vianna, Vianna e Novaes (2005), encontraram diferenças quanto à insatisfação com a imagem corporal entre os sexos, enquanto as mulheres apresentaram o desejo de reduzir a silhueta corporal os homens demonstraram querer aumentar. Assim como, Kakeshita e Almeida (2006) em um estudo com universitários relataram que, a maioria das mulheres eutróficas ou com sobrepeso superestimaram seu tamanho corporal enquanto mulheres obesas e homens subestimaram o tamanho corporal. Quadros et al. (2010), observou uma alta prevalência de insatisfação com a imagem corporal nos universitários estudados e a mesma se mostrou associada ao sexo e ao estado nutricional, sendo que os homens apresentaram maior insatisfação por magreza, enquanto que as mulheres relataram maior insatisfação por excesso de peso. Desta forma, verifica-se a forte influência da cultura social vigente para com homens e mulheres os quais buscam um padrão corporal magro e hipertrofiado como sinônimo de beleza.

Com relação ao nível socioeconômico, Ogden e Thomas (1999) e Wardle e Griffith (2001) ao investigarem a associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o nível socioeconômico, identificaram que as mulheres economicamente mais favorecidas são mais insatisfeitas que as menos favorecidas, entre os homens não foi observado associação.

Uma possível explicação para este resultado, é evidenciado no estudo realizado por Alvarenga, Phillipi, Lourenço, Sato e Scagliusi (2010) com universitárias de várias regiões brasileiras, os quais observaram que as estudantes com chefes de família com menor escolaridade e mais jovens escolheram silhuetas saudáveis e ideais maiores que as atuais, enquanto estudantes com chefes de família de escolaridade superior e mais velhas pareceram ter parâmetros mais magros para ideal e saudável. A escolaridade do chefe de família pode

ser um indicativo da condição socioeconômica e, nesse sentido, confirma-se a idéia geral de que o ideal de beleza se aplica mais incisivamente a indivíduos de estratos econômicos mais privilegiados. Rech et al. (2010) ao analisar a autopercepção de estudantes do curso de Educação Física, não verificou associação do turno de estudo, nível socioeconômico, ocupação profissional, com a insatisfação com a imagem corporal. Costa e Vasconcelos (2010), não encontraram associação entre nível socioeconômico e imagem corporal em universitários brasileiros.

Desta forma, não está claro na literatura se a condição socioeconômica do indivíduo ou dos pais é promotor de maior ou menor satisfação com a imagem corporal, entretanto com relação a idade, verifica-se que durante a adolescência a insatisfação com a imagem corporal tende a aumentar, um estudo longitudinal, desenvolvido por Archibald, Graber e Brooks-Gunn, (1999) constatou que a insatisfação quanto ao peso e aparência corporais tendem a aumentar durante a adolescência, podendo trazer problemas comportamentais ou ainda ser preditor de transtornos alimentares para alguns jovens.

Por sua vez, em adultos a medida que a idade aumenta, evidencia-se uma menor insatisfação com a imagem corporal, isto se deve em função das pessoas mais velhas sofrerem menos influências, ou talvez por fatores biológicos, tenham menos desejo de ter um “corpo sarado”, apresentando menor insatisfação corporal quando comparadas com pessoas mais jovens (Braggion , Matsudo , Matsudo, Andrade, & Araújo, 2000). Loland (1998) investigou noruegueses de ambos os sexos e os dividiu em três grupos de acordo com o nível de atividade (baixo, médio e alto nível de atividade física) e por faixa etária. Verificou-se que os homens são significativamente mais satisfeitos do que as mulheres, independente da faixa etária, e que os indivíduos mais velhos, para ambos os sexos, são menos insatisfeitos com a imagem corporal, quando comparados com os mais novos.

### **Imagem corporal e comportamentos relacionados à saúde.**

A aquisição de comportamentos relacionados à saúde como, alimentação inadequada e uso de tabaco têm sido associados à presença de insatisfação com a imagem corporal. Alguns estudos apontam que indivíduos insatisfeitos tendem a aderir ao uso de tabaco, prática de atividade física, ao consumo de uma alimentação inadequada/restritiva e

bebida alcoólica em excesso como forma de obter satisfação com a sua figura corporal. (Clark et al., 2005; Jaworowska & Bazylak, 2009).

A prática de atividade física, desde que não realizada de forma excessiva tem sido apontada em programas de intervenção como uma das alternativas promotoras da satisfação com a imagem corporal. Entretanto, de acordo com os dados da Vigilância de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL, 2008) 26,2% dos indivíduos brasileiros de 18 a 24 anos são inativos fisicamente, já na faixa etária dos 25 aos 34 anos essa prevalência diminui para 21,4%.

Baretta, Baretta e Peres (2007), em uma amostra de 479 indivíduos do município de Joaçaba, Santa Catarina, com idades entre 20 a 59 anos, identificaram uma prevalência de inatividade física ainda maior (57,4%). Ribeiro et al. (2006), encontraram uma prevalência de inatividade física de 29,9% entre universitários. Fontes e Vianna (2009), verificaram uma prevalência de 31,2%, sendo que os estudantes com maior tempo de ingresso na universidade, os do período noturno e aqueles que passam menos tempo na universidade apresentaram as maiores prevalências. Também maior renda e classe social mostraram-se associados à maior prevalência de inatividade física.

Sugere-se que em virtude do seu envolvimento com a estética da linguagem corporal, a prática de atividade física pode interferir em uma melhor percepção da auto-estima refletindo em uma maior satisfação com o corpo (Heinberg et al., 2001; Heinberg, 2005). Kruger et al. (2008), ao investigar a associação entre percepção da imagem corporal e nível de atividade física em adultos jovens, verificou que os indivíduos insatisfeitos com a imagem corporal eram menos ativos que os satisfeitos. Rech et al. (2010) em um estudo com universitários de Educação Física não encontrou associação entre insatisfação com a imagem corporal e atividade física. Costa e Vasconcelos (2010) em seu estudo cujo objetivo foi estimar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com fatores socioeconômicos (idade, escolaridade materna e paterna, renda familiar mensal), comportamentais (prática de dietas e prática de atividade física) e nutricionais (consumo energético, IMC) não observou associação entre as variáveis, imagem corporal e atividade física em estudantes universitários. Esta falta de consenso, pode ser explicada em virtude das diferenças metodológicas entre os estudos, como, características da amostra, instrumentos utilizados, dentre outros.

Apesar da inconsistência quanto a associação entre as variáveis, a prática de atividade física vem sendo inserida nos programas de

intervenção para combater a insatisfação com a imagem corporal. Como forma de alcançar um peso saudável e satisfação corporal. Estudos observaram que essas intervenções produzem reduções na insatisfação corporal, dietas e sintomas bulímicos (Stice, Trost & Chase, 2003; Matussek, Wendt & Wiseman, 2004). Sendo assim, a promoção de intervenções pautadas na prática da atividade física são primordiais para promover maior satisfação com a imagem corporal.

No que diz respeito ao uso de tabaco, existem aproximadamente 1,1 bilhões de fumantes no mundo e quase cinco milhões de pessoas morrem a cada ano, vítimas de doença tabaco-associada (Ezzati & Lopes, 2003). A prevalência de fumantes encontrada na literatura varia entre 7,2% a 40,8% (Andrade et al., 2006; Menezes, Horta, Rosa, Oliveira & Bonnan, 1994; Menezes et al., 2001; Silva, Malbergier, Stempliuk & Andrade, 2006). Estudos realizados em instituições de ensino superior, brasileiras (Andrade et al., 2006; Menezes et al., 2004) não encontraram diferenças na prevalência de tabagismo entre os sexos. Entretanto, uma pesquisa realizada com universitários dos Emirados Árabes verificou maior uso de tabaco entre homens do que entre mulheres (Mandil, Hussein, Omer & Turki, 2007).

A respeito da associação entre o uso de tabaco e a imagem corporal, os poucos estudos que avaliaram a imagem corporal em fumantes têm indicado que as mulheres fumantes relatam maior preocupação com a imagem corporal do que as não fumantes (Ben-Tovim & Walker, 1991a; King, Matacin, Markus, Bock & Tripolone, 2000). Clark et al. (2005), ao examinar a associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o uso de tabaco em universitários, verificaram um maior nível de insatisfação em fumantes em comparação aos não-fumantes. O mesmo desfecho tem sido encontrado por outros estudos principalmente entre o sexo feminino, (Ben-Tovim & Walker, 1991; Boles & Johnson, 2001; King et al., 2000).

Pesquisas anteriores já haviam demonstrado que adultos jovens colocam uma alta prioridade em atingir e manter um peso corporal ideal (Barnett, Keel & Conoscenti, 2001; Rabak-Wagener, Eickhoff-Shemek & Kelly-Vance, 1998). Entre adolescentes e jovens, é comum a distorção da imagem corporal, evoluindo, algumas vezes, para o aparecimento de transtornos alimentares. Strauss e Mir (2001) identificaram o uso de tabaco por adolescentes dos Estados Unidos considerados eutróficos na tentativa de perderem peso. Outro estudo, também nos Estados Unidos, verificou que os transtornos alimentares estão associados ao uso de álcool e drogas ilícitas.

Em relação ao consumo excessivo de bebida alcoólica, apesar das diferenças socioeconômicas e culturais entre os países, a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2001) aponta o álcool como a substância psicoativa mais consumida no mundo e também como a droga de escolha entre crianças, adolescentes e jovens. No Brasil, o álcool também é a droga mais usada em qualquer faixa etária e o seu consumo vem aumentando, principalmente entre os mais jovens e entre as meninas (Carlini-Cotrim, 1999) Segundo o "V Levantamento Nacional com Estudantes" realizado em 2004 pelo Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (CEBRID), 65,2% dos estudantes relataram uso na vida de álcool; 44,3% nos últimos 30 dias; 11,7% uso freqüente, ou seja, seis ou mais vezes no mês; e 6,7% uso pesado, isto é, 20 ou mais vezes no último mês

Em universitários de países latinos verificam-se índices de consumo de bebidas alcoólicas superiores a 50%. Peuker, Fogaça e Bizarro (2003), em um estudo realizado com estudantes universitários no Chile, observaram um uso de bebidas alcoólicas em 82% dos homens e 79% das mulheres. Estudos realizados no Equador e no Brasil apontam que o uso de álcool na comunidade universitária está entre as primeiras drogas recreacionais (Chavez, O'Brien & Pillon, 2005; Pillon, O'Brien & Chavez, 2005) e se encontra acima dos limites esperados (Pillon & Webster-Corradi, 2006).

Antin e Paschall (2011), ao associar o consumo de bebida alcoólica e a percepção da imagem corporal em adultos jovens encontraram que as mulheres insatisfeitas e os homens satisfeitos com a imagem corporal foram os que relataram maior consumo de bebida alcoólica. Palmqvist e Santavirta (2006) encontraram um maior grau de insatisfação com o peso entre os consumidores em relação aos que não consumiam em uma amostra de adolescentes finlandeses.

Segundo Steele e Josephs (1990), este elevado consumo de bebida alcóolica se deve, em função do álcool atuar como uma espécie de reforço emocional para os indivíduos insatisfeitos com a sua imagem corporal. Ou seja, de forma geral, nessa fase da vida, onde a aceitação do grupo passa a ter papel extremamente relevante, pois um jovem integrado ao grupo tende a se aceitar melhor. A ingestão de bebida alcoólica atua proporcionando uma falsa segurança, e desta maneira o jovem passa a uma aceitação temporária do seu corpo, sentindo-se mais corajoso para enfrentar as dificuldades.

Entretanto, com esta busca incessante por um corpo ideal, sérios problemas comportamentais podem ser adotados, com hábitos

alimentares inadequados, podem repercutir negativamente na saúde, especialmente entre jovens. De um pólo a outro, da obesidade à anorexia, jovens desenvolvem distúrbios de conduta alimentar comprometendo sua saúde e qualidade de vida.

Entre universitários, verifica-se a tendência a sofrer influências de fatores como o ingresso na universidade, em virtude da distância familiar e a falta de tempo para realizar refeições completas por causa das atividades acadêmicas que induzem a substituição de refeições completas por lanches práticos e rápidos, com alto valor calórico (Mattos & Martins, 2000). Marcondelli, Costa e Schmitz (2008), identificaram que os estudantes da área da saúde de uma universidade pública de Brasília apresentaram inadequação alimentar.

Feitosa, Dantas, Wartha, Marcellini e Mendes-Neto (2010), ao investigar os hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública do nordeste, considerando as recomendações estabelecidas para população brasileira observaram que os universitários consumiam porções insuficientes de frutas, verduras e legumes, sendo que homens e mulheres apresentaram hábitos alimentares diferentes, enquanto as mulheres demonstraram inadequação para o consumo de frituras, embutidos e doces e na troca de principais refeições por lanches os homens relataram menor preocupação com a retirada de gordura aparente das carnes e maior frequência de consumo de bebidas alcoólicas.

A insatisfação com a imagem corporal, advinda das pressões impostas pela sociedade quanto ao padrão corporal magro e musculoso, induzem principalmente as mulheres, a realização de dietas restritivas a fim de alcançar um corpo magro, sem considerar uma alimentação adequada. Costa e Vasconcelos (2010) encontraram que a prática de regimes para emagrecer frequentemente ou muito frequentemente apresentou prevalência significativamente maior no grupo das alunas insatisfeitas com a imagem corporal, quando comparado ao grupo de alunas satisfeitas com a imagem corporal. Jaworowska e Grzegorz (2009), em um estudo cujo objetivo, foi verificar a associação entre percepção da imagem corporal, estado nutricional, sexo e prática de dietas em estudantes do curso de Farmácia na Polônia, observaram que as mulheres insatisfeitas com a imagem corporal relataram práticas de dietas alimentares restritivas. Sugerindo que a insatisfação com a imagem corporal está associada a uma alimentação inadequada. Anton, Perri e Riley (2000), verificaram que a insatisfação com a imagem corporal, se mostrou associada à inadequação nutricional em mulheres

em idade universitária. Estes achados indicam que a busca constante, em se inserir em um padrão corporal magro e musculoso induzem a realização de dietas inadequadas que não suprem a ingestão de calorias, nutrientes e vitaminas fundamentais para a manutenção de uma boa saúde.

### **Imagem corporal e estado nutricional**

O estado nutricional da população universitária vem sendo bem explorado. Paixão, Dias e Prado (2010), em um estudo cujo objetivo foi avaliar o estilo de vida e o estado nutricional em universitários ingressantes em cursos da área da saúde do Recife obtiveram prevalências quanto ao estado nutricional de 21,9% para os estudantes de Educação Física, 20,5% Ciências Biológicas, 21% Enfermagem, 22,3% Medicina, 20,5% Odontologia. Quadros et al. (2010) em um estudo com universitários de uma universidade pública da região sul do Brasil, verificaram que o valor médio do IMC para o sexo masculino foi de 22,7 e 21,3% para o sexo feminino. Em universitários do 3º ao 5º semestre de cursos da área da saúde, Marcondelli et al. (2008), observaram que todos os estudantes tinham IMC inferior a 31,2kg/m<sup>2</sup>, com média de 21,3kg/m<sup>2</sup>.

Quanto à associação entre o estado nutricional e a percepção da imagem corporal, observa-se que a tendência das mulheres eutróficas ou com sobrepeso em superestimar seu peso se inverte, à medida que aumenta o IMC, chegando à subestimação nas obesas e os homens tendem a subestimar suas dimensões corporais, independente do IMC que apresentem. Rech et al. (2010), identificaram que 78,7% dos universitários com excesso de peso desejam ter uma silhueta menor do que a atual. Bosi, Uchimura e Luiz (2008), também encontraram associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o IMC ao avaliarem universitários do curso de Nutrição. Observaram que 82,9% das insatisfeitas eram eutróficas e 11,4% estavam acima do peso (sobrepeso/obesidade).

Branco, Hilário e Cintra (2006), observaram que a insatisfação com a imagem corporal foi encontrada também em estudantes eutróficos, mas especialmente naqueles com sobrepeso e obesidade. Além disso, os autores correlacionaram a autopercepção 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. Entre os meninos,

também houve uma distorção da realidade, porém, inversamente, 26% daqueles com sobrepeso se achavam eutróficos e 46% dos obesos se achavam somente com sobrepeso ou eutrofia.

Ao correlacionar a insatisfação com a imagem corporal em universitárias de todas as regiões do Brasil, Alvarenga, et al., (2010) identificaram que estudantes consideradas com baixo peso escolheram silhuetas maiores como sendo saudável e ideal, enquanto aquelas com excesso de peso escolheram silhuetas menores, o que seria “adequado” e “esperado” para esses grupos. Já a correlação entre os dois escores mostra que, embora o número médio escolhido para ideal seja um pouco menor do que o saudável, as escolhas tendem a ser muito similares para esses parâmetros – nomeia-se de saudável aquilo que escolhe como ideal e vice-versa

Sendo assim, além da alta prevalência de insatisfação corporal, outro aspecto relevante é o fato de que mesmo as mulheres eutróficas desejam ser menores sendo, que a escolha de uma figura saudável menor propõe a discussão conceitual de saúde e boa forma atual, pois o mesmo está associado a uma magreza não saudável de acordo com os parâmetros médicos. Essa situação demonstra o descontentamento apontado entre a maioria das mulheres contemporâneas, onde todas acreditam que ficariam mais bonitas e atraentes se perdessem algum peso (Ogden & Evans, 1996). Desta forma, sabe-se que em virtude da grande influência dos padrões corporais magros impostos as pessoas com o peso corporal elevado só tendem a se mostrarem insatisfeitas enquanto as com peso corporal adequado, estão tão vinculadas a estes padrões que distorcem a percepção da sua imagem corporal.

## **CAPÍTULO 3**

### **MATERIAL E MÉTODOS**

Este estudo foi realizado com base no banco de dados do projeto de pesquisa “Avaliação da aptidão física relacionada à saúde de universitários da UFSC”, coordenado pelo Núcleo de Pesquisa em Cineantropometria e Desempenho Humano (NuCIDH), submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) visando a adequar-se às normas da Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos, aprovado sob número de protocolo 096/2007 (Anexo 1).

#### **Caracterização da pesquisa**

O estudo caracterizou-se como uma pesquisa descritiva do tipo correlacional. Segundo Thomas e Nelson (2002) a pesquisa correlacional tem como característica principal a exploração das relações existentes entre as variáveis investigadas, porém sem determinar uma relação de causa e efeito entre elas.

#### **População**

A população do estudo compreendeu 591 universitários de ambos os sexos, sendo 307 matriculados no curso de bacharelado e 284 no curso de licenciatura em Educação Física da UFSC, localizada na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

#### **Amostra**

A amostra foi por conveniência, sendo considerados elegíveis todos os estudantes do curso de bacharelado e licenciatura em Educação Física da UFSC.

#### **Crítérios de Inclusão**

Foram incluídos no estudo todos os universitários matriculados nos cursos de licenciatura e bacharelado em Educação Física, que estavam frequentando as aulas e aceitaram participar da pesquisa, mediante a

entrega do termo de consentimento livre e esclarecido devidamente assinado (TCLE) (Apêndice 1).

### **Instrumentos e Procedimentos de Medidas**

Para coleta de dados foi utilizado um questionário (Apêndice 2), construído mediante a composição de partes de outros instrumentos validados e empregados em outros estudos em adultos no Brasil:

- a) Critério de classificação econômica Brasil (ABEP, 2008);
- b) Escala de Silhuetas (Stunkard, Sorensen & Schulsinger, 1983) (Anexo 1);
- c) Questionário internacional de atividade física, versão curta (Matsudo et al., 2001) (Anexo 2);
- d) Questionário de Estilo de vida Fantástico (Rodrigues–Añez, Reis & Petroski, 2008, SCPE, 1998) (Anexo 3).

### **Avaliação da percepção da imagem corporal**

Para a avaliação da insatisfação com a imagem corporal, foi utilizada a escala de nove silhuetas, proposta por Stunkard et al. (1983) (Anexo 2), que representa um continuum desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade severa (silhueta 9). Mediante a apresentação das silhuetas, os universitários tiveram que responder as seguintes perguntas: 1) *qual a silhueta que melhor representa sua aparência física atual?* 2) *qual a silhueta que você gostaria de ter?* A insatisfação com a imagem corporal foi determinada subtraindo-se a autopercepção da imagem atual (SA) pela autopercepção da imagem ideal (SI) o valor obtido variou de -8 até +8. Se essa variação foi igual a zero, o indivíduo foi classificado como satisfeito com a sua imagem corporal; se foi diferente de zero, insatisfeito, sendo que se essa diferença foi positiva, insatisfação pelo excesso de peso e se for negativa, insatisfação por magreza. Scagliusi et al. (2006) desenvolveram um estudo de tradução e validação para a Escala de Silhueta de Stunkard para mulheres, obtendo correlações de 0,72 e 0,76 respectivamente.

### **Avaliação das características sociodemográficas**

As informações referentes às características sociodemográficas foram obtidas por meio de um questionário auto-aplicado (Apêndice 2). Sendo categorizadas, da seguinte forma: sexo (masculino e feminino); idade (>

20 anos e  $\leq$  20 anos); escolaridade da mãe e do pai ( $>$  oito anos e  $\leq$  oito anos de estudo); estado civil (solteiro e casado); curso (bacharelado e licenciatura); trabalho (sim e não); moradia (com alguém e sozinho); turno de estudo (matutino e vespertino). A renda foi obtida mediante a pergunta: “Qual a renda mensal da sua família”, contendo cinco opções de resposta: “até um salário mínimo”; “de um a três salários mínimos”; “de três a seis salários mínimos”; “de seis a 10 salários mínimos” e “acima de dez salários mínimos”, em 2008, ano de realização da pesquisa o valor do salário mínimo era de R\$ 415,00. Devido à distribuição de frequências realizada previamente, foram consideradas duas categorias: “até seis salários mínimos” e “ $>$  seis salários mínimos”.

### **Avaliação do nível de atividade física**

As informações quanto à prática habitual de atividade física foram obtidas por intermédio do Questionário Internacional de Atividade Física (*International Physical Activity Questionnaire - IPAQ*) (Anexo 3) constituído de questões relativas à frequência e duração de atividades físicas moderadas, vigorosas e caminhadas realizadas por pelo menos dez minutos contínuos. O questionário internacional de atividade física na sua forma curta foi validado para a população brasileira por Matsudo et al. (2001) o qual encontrou uma correlação significativamente alta de 0,69 e a validade usando o sensor de movimento foi de 0,75.

O escore de atividade física foi obtido, por meio da soma dos minutos despendidos em caminhada e atividades de intensidade moderada com os minutos despendidos em atividades de intensidade vigorosa multiplicados por dois (Hallal, Victora, Wells & Costa, 2003).

Foi considerado desfecho a inatividade física, conforme o ponto de corte de 150 minutos por semana de acordo com as recomendações atuais, quanto à prática de atividade física. Tal abordagem já foi utilizada em outros estudos (Hallal et al., 2003; Azevedo & Araújo, 2007). Em virtude da baixa frequência de inatividade física, os dados foram categorizados em tercis de acordo com os minutos de prática de atividade física: tercil 1 ( $<$  739,61min./sem.), tercil 2 (739,61 a 1448,42min./sem.) e tercil 3 ( $>$ 16530,00min./sem.). Para fins de análise, o segundo e o terceiro tercil foram agrupados, considerando-se duas categorias  $<$ 739,61 min./sem. e  $\geq$ 739,61 min./sem

## **Avaliação do estado nutricional**

O estado nutricional foi analisado pelo IMC, que utiliza a relação massa corporal (kg) dividida pela estatura (m) ao quadrado. Os valores referentes às medidas de massa corporal e estatura foram obtidos por meio do auto-relato. A validade destas medidas tem sido comprovada com a população adulta brasileira (Coqueiro et al., 2008).

A classificação do IMC obedeceu aos critérios da Organização Mundial da Saúde (WHO, 1998) (Tabela 1). As categorias sobrepeso, obeso I, II e III foram agrupadas em excesso de peso conforme apresentado na tabela 2 e as categorias baixo peso e peso normal, agrupadas na categoria denominada peso normal.

**Tabela 1**  
**Classificação do IMC para adultos**  
**Segundo os critérios da OMS.**

<b>Classificação</b>	<b>IMC (Kg.m<sup>-2</sup>)</b>
Peso baixo	< 18,5
Normal	18,5 – 24,9
Sobrepeso	25 – 29,9
Obeso I	30 – 34,9
Obeso II	35 – 39,9
Obeso III	> 40

Fonte: OMS, 1998

**Tabela 2**  
**Classificação do IMC para adultos, em duas**  
**categorias**  
**Segundo os critérios da OMS.**

<b>Classificação</b>	<b>IMC (Kg.m<sup>-2</sup>)</b>
Peso normal	< 18,5 – 24,9
Excesso de peso	>25

## **Avaliação do uso de tabaco**

A análise do uso do tabaco foi realizada baseada no item: “fumo cigarros”, contida no domínio cigarros e drogas do questionário “Estilo de Vida Fantástico” (Anexo 4) desenvolvido no Departamento de Medicina Familiar da Universidade McMaster, no Canadá, por Wilson e Ciliska, (1984) e sugerido, em 1998, pela Sociedade Canadense para a Fisiologia do Exercício como parte do Plano Canadense de Avaliação da Atividade Física, Aptidão e Estilo de Vida. Traduzido e validado em adultos jovens brasileiros por Rodriguez Añez et al. (2008). Este domínio possui cinco opções de resposta (mais de 10 cigarros por dia; de um a 10 cigarros por dia; nenhum nos últimos seis meses; nenhum no ano passado e nenhum nos últimos cinco anos). No presente estudo a análise desta variável foi realizada de forma dicotômica, fumantes (relatar, mais de 10 cigarros por dia ou 1 a 10 cigarros por dia) e não fumantes (relatar não ter fumado nos últimos seis meses, ano passado ou nenhum nos últimos 5 anos). Os estudos tem definido como critério do tabagismo, fumar um ou mais cigarros nos últimos 30 dias (Halty, 2002; Malcon, Menezes & Chatkin, 2003).

## **Avaliação do consumo excessivo de bebidas alcoólicas**

O consumo de bebidas alcoólicas foi obtido a partir da questão, “A minha ingestão média de álcool por semana é?” contida no domínio álcool do questionário “Estilo de Vida Fantástico” (Anexo 4). Sendo que, uma dose corresponde a uma lata de cerveja (340 ml) ou um copo de vinho (142 ml) ou uma dose de bebida destilada (42 ml). Este domínio pode ser classificado em cinco categorias, entretanto neste estudo, foram consideradas somente duas: consumo excessivo de bebidas alcoólicas (mais de 20 doses semanais e de 13 a 20 doses semanais) e consumo não excessivo de bebidas alcoólicas (11 a 12 doses por semana, oito a 10 doses por semana e zero a sete doses por semana). A literatura aponta como consumo excessivo de bebida alcoólica, a ingestão  $\geq 14$  doses/sem (Souza, Areco & Silveira Filho, 2005; Vieira, Ribeiro, Romano & Laranjeira, 2007).

## **Avaliação dos hábitos alimentares**

Foram avaliados os hábitos alimentares dos universitários por meio do domínio Nutrição do questionário “Estilo de Vida Fantástico”

(Anexo 4). Este questionário considera como alimentação adequada, a ingestão de cinco a doze porções diárias de grãos e cereais, cinco a dez porções diárias de frutas e vegetais, duas a três porções de carnes e semelhantes. Com relação a porções de leite e derivados, depende da faixa etária, jovens com idades entre 10 e 16 anos, e grávidas ou lactentes recomenda-se a ingestão de três a quatro porções diárias. Adultos recomendam-se de duas a quatro porções diárias. Outros alimentos, que não estão contidos em nenhum dos grupos citados, devem ser consumidos moderadamente.

Esta variável foi dicotomizada, considerando como “hábitos alimentares adequados” as categorias “excelente”, “quase sempre” e com “relativa frequência” e “hábitos alimentares inadequados” os das categorias “quase nunca”, “raramente” e “algumas vezes”.

### Variáveis do Estudo

As variáveis investigadas no presente estudo serão apresentadas no quadro 1,

#### Quadro 1

##### Variáveis analisadas no estudo

Variável	Tipo	Categoria e critério
Percepção da imagem corporal	Variável dependente	Satisfeito Insatisfeito
Características sociodemográficas	Variável independente	Idade
		Sexo (masculino e feminino)
		Estado civil (solteiro, casado, separado/divorciado)
		Com quem mora (sozinho, acompanhado)
		Ocupação profissional (trabalha e não trabalha)
		Turno de estudo (matutino, vespertino)
		Renda familiar (A1- R\$: 7.793, A2- R\$: 4.648, B1- R\$: 2.804,

		B2- R\$:1.669, C- R\$:927, D- R\$: 424, E-R\$:207).
Estado nutricional (IMC)	Variável independente	Peso baixo $\leq 18,5 \text{ kg.m}^{-2}$ Normal = $18,5 - 24,9 \text{ kg.m}^{-2}$ Excesso de peso $\geq 25 \text{ kg.m}^{-2}$
Nível de atividade física	Variável independente	Insuficientemente ativo = $< 150 \text{ min/semana}$ Ativo = $\geq 150 \text{ min/semana}$
Consumo alcoólico	Variável independente	Consumo excessivo de bebida alcoólica ). Consumo não excessivo de bebida alcoólica
Uso de tabaco	Variável independente	Fumantes e Não fumantes
Hábitos alimentares	Variável independente	“Hábitos alimentares Adequados” “Hábitos alimentares Inadequados”

### Procedimento para coleta de dados

Após a aprovação do comitê de ética, os estudantes receberam o TCLE, em que foram esclarecidos quanto ao objetivo do estudo e os procedimentos pelos quais seriam submetidos. Após o agendamento das datas para a coleta de dados para cada fase do curso de educação física, os professores responsáveis pelas disciplinas nestes dias foram contatados, a fim de ceder suas aulas para a aplicação do questionário.

A coleta de dados ocorreu em dois momentos, primeiramente os universitários eram encaminhados ao laboratório de informática do

centro de desportos – CDS e após o cadastro na plataforma Moodle os estudantes responderam ao questionário aplicado de forma online.

### **Tratamento Estatístico**

Inicialmente foi empregada a análise descritiva por meio de frequências relativas e absolutas para caracterizar os sujeitos, quanto às seguintes variáveis: percepção da imagem corporal, características sociodemográficas, estado nutricional, hábitos alimentares, uso de tabaco, consumo de bebidas alcoólicas e nível de atividade física. O teste de Qui-quadrado e Exato de Fisher foram empregados para verificar a associação entre a insatisfação com a imagem corporal e as variáveis independentes.

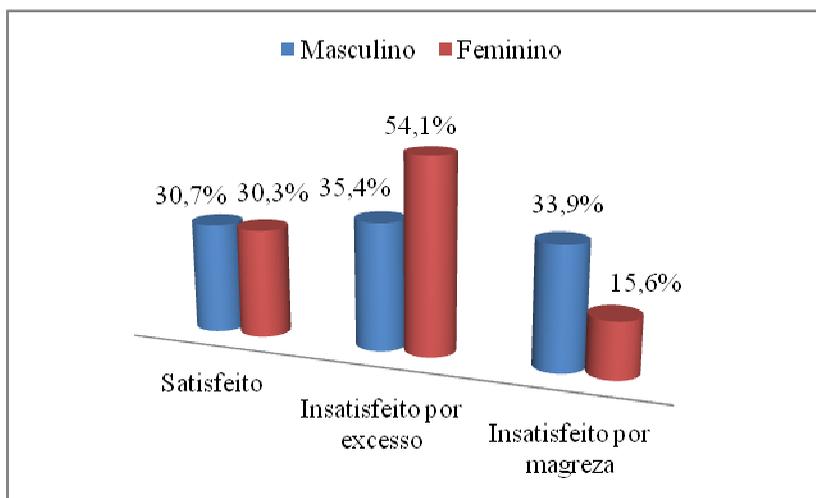
Foi realizada uma análise de Regressão Logística, estimando-se a razão de chances (*odds ratio*) e intervalos de confiança de 95%, para verificar a associação entre a variável dependente (insatisfação com a imagem corporal) e as variáveis independentes (características sociodemográficas, estado nutricional, hábitos alimentares, uso de tabaco, consumo de bebidas alcoólicas e nível de atividade física). Em todas as análises foi considerado nível de significância de 5%, utilizando o programa estatístico SPSS<sup>®</sup>, versão 15.0

## CAPÍTULO 4

### RESULTADOS

Participaram do presente estudo 236 universitários o que representa 41,8% da população alvo.

A prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi de 69,5%, sendo 44,1% insatisfeito por excesso de peso e 25,4% insatisfeito por magreza. Ao se estratificar por sexo, os resultados mostraram que a maioria dos homens, apresenta insatisfação por magreza (33,9%), enquanto a maioria das mulheres demonstraram estar insatisfeitas por excesso de peso (54,1%) (Figura 1).



**Figura 1.** Proporção de universitários em cada categoria da percepção da imagem corporal de acordo com o sexo. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

Quanto à caracterização da amostra, a maior parte dos universitários do sexo masculino investigados tinha idade > de 20 anos (53,5%), com renda familiar superior a seis salários mínimos (51,2%), com escolaridade dos pais acima de oito anos (89,8% e 88,2%, respectivamente), solteiro (95,3%), no curso de bacharelado (51,2%), trabalhando (64,6%), morando com alguém (92,1%) e estudantes do turno matutino (59,1%).

Com relação ao sexo feminino, observa-se o mesmo comportamento no que se refere às seguintes variáveis: renda superior a seis salários mínimos (52,3%), escolaridade do pai e da mãe acima de oito anos (85,3% e 92,7%, respectivamente), curso de bacharelado (54,1%), trabalhadores (56,9%), moradia com alguém (94,5%) e turno de estudo matutino (56,9%). Entretanto, com relação à idade e ao estado civil, as mulheres em sua maioria apresentaram idade menor ou igual a 20 anos (60,6%) e estado civil casado (92,7% (Tabela 1)

**Tabela 3**  
**Distribuição da amostra em relação às características sociodemográficas, de acordo com o sexo, de universitários do curso de Educação Física, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.**

Variável	Sexo		
	Masculino %(n)	Feminino %(n)	Total %(n)
<b>Idade</b>			
> 20 anos	53,5 (68)	39,4 (43)	56,8(134)
≤ 20 anos	46,5 (59)	60,6 (66)	43,2 (102)
<b>Renda</b>			
> 6 salários mínimos	51,2 (65)	52,3 (57)	51,7 (122)
Até 6 salários mínimos	48,8 (62)	47,7 (52)	48,3 (114)
<b>Escolaridade da Mãe</b>			
> 8 anos	88,2(112)	92,7 (101)	9,7 (23)
≤ 8 anos	11,8 (15)	7,3 (8)	90,3 (213)
<b>Escolaridade do Pai</b>			
> 8 anos	89,8 (114)	85,3 (93)	12,3 (29)
≤ 8 anos	10,2 (13)	14,7 (16)	87,7 (207)
<b>Estado civil</b>			
Solteiro	3,1 (4)	92,7 (101)	94,1 (222)
Casado	95,3 (121)	7,3 (8)	5,1 (12)
<b>Curso</b>			
Licenciatura	51,2 (65)	54,1 (59)	52,5 (124)
Bacharelado	48,8 (62)	45,9 (50)	47,5 (112)
<b>Trabalho</b>			

Sim	64,6 (82)	56,9 (62)	39,0 (92)
Não	35,4 (45)	43,1 (47)	61,0 (144)
<b>Moradia</b>			
Com alguém	92,1 (117)	94,5 (103)	93,2 (220)
Sozinho	7,9 (10)	5,5 (6)	6,8 (16)
<b>Turno de Estudo</b>			
Vespertino	40,9 (52)	43,1 (47)	58,1 (137)
Matutino	59,1 (75)	56,9 (62)	41,9 (99)

Quanto à associação entre a percepção da imagem corporal e as variáveis independentes (Tabela 4), os resultados demonstraram que a insatisfação com a imagem corporal por excesso de peso foi mais prevalente entre as mulheres, os não fumantes e aqueles com excesso de peso. Enquanto os universitários do sexo masculino, os classificados como pouco ativos (<739,61min./sem.), os consumidores de uma alimentação inadequada, os fumantes e os com o estado nutricional adequado relataram maior insatisfação com a imagem corporal por magreza.

**Tabela 4**  
**Prevalência de Insatisfação com a imagem corporal por magreza e por excesso de peso, de acordo com as variáveis independentes em universitários do curso de Educação Física. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.**

Variável	Satisfeito	Insatisfeito por Excesso	Insatisfeito por Magreza	p- valor
	% (n)	% (n)	% (n)	
<b>Sexo</b>				
Feminino	30,3 (33)	54,1 (59)	15,6 (17)	0,02* <sup>†</sup>
Masculino	30,7 (39)	35,4 (45)	33,9 (43)	
<b>Idade</b>				
> 20 anos	33,6 (45)	42,5 (57)	23,9 (32)	0,49 <sup>†</sup>
≤ 20 anos	26,5 (27)	46,1 (47)	27,5 (28)	
<b>Renda</b>				
> 6 salários mínimos	27,0 (33)	43,4 (53)	29,5 (36)	0,26 <sup>†</sup>
Até 6 salários mínimos	34,2 (39)	44,7 (51)	21,1 (24)	
<b>Escolaridade da</b>				

<b>Mãe</b>				
> 8 anos	29,6 (63)	45,5 (97)	24,9 (53)	0,37 <sup>†</sup>
≤ 8 anos	39,1 (9)	30,4 (7)	30,4 (7)	
<b>Escolaridade do Pai</b>				
> 8 anos	30,0 (62)	43,5 (90)	26,6 (55)	0,55 <sup>†</sup>
≤ 8 anos	34,5 (10)	48,3 (14)	17,2 (5)	
<b>Estado Civil</b>				
Casado	8,3 (1)	75,0 (9)	16,7 (2)	0,09 <sup>††</sup>
Solteiro	31,7 (71)	42,4 (95)	25,9 (58)	
<b>Curso</b>				
Bacharelado	29 (36)	41,9 (52)	29 (36)	0,40 <sup>†</sup>
Licenciatura	32,1 (36)	46,4 (52)	21,4 (24)	
<b>Trabalho</b>				
Sim	33,3 (48)	41,0 (59)	25,7 (37)	0,41 <sup>†</sup>
Não	26,1 (24)	48,9 (45)	25 (23)	
<b>Moradia</b>				
Com alguém	31,4 (69)	44,5 (98)	24,1 (53)	0,22 <sup>††</sup>
Sozinho	18,8 (3)	37,5 (6)	43,8 (7)	
<b>Turno de Estudo</b>				
Vespertino	32,3 (32)	46,5 (46)	21,2 (21)	0,45 <sup>†</sup>
Matutino	29,2 (40)	42,3 (58)	28,5 (39)	
<b>Atividade Física</b>				
≥739,61min./sem.	35,4 (56)	43,0 (68)	21,5 (34)	0,03* <sup>†</sup>
<739,61min./sem.	20,5 (16)	46,2 (36)	33,3 (26)	
<b>Hábitos Alimentares</b>				
Adequada	33,3 (64)	44,3 (85)	22,4 (43)	0,04* <sup>†</sup>
Inadequada	18,2 (8)	43,2 (19)	38,6 (17)	
<b>Uso de Tabaco</b>				
Não	31,4 (71)	44,7 (101)	23,9 (54)	0,04* <sup>††</sup>
Sim	10 (1)	30 (3)	60 (6)	
<b>Estado nutricional</b>				
Peso normal	34,2 (64)	35,8 (67)	29,9 (56)	<0,01* <sup>†</sup>
Excesso de peso	13,6 (6)	84,1 (37)	2,3 (1)	
<b>Consumo excessivo de bebida alcoólica</b>				
Não	30,8 (68)	43 (95)	26,2 (58)	0,45 <sup>††</sup>
Sim	26,7 (4)	60 (9)	13,3 (2)	

E.M: Escolaridade da mãe; E.P: escolaridade do pai; <sup>†</sup>Teste Qui-quadrado; <sup>††</sup>teste Exato de Fisher; \* p-valor < 0,05.

Na análise bruta da regressão multinomial, o fator associado à insatisfação por excesso de peso foi o IMC  $\geq 25,0$  kg/m<sup>2</sup>. Na análise ajustada, os fatores associados à insatisfação referente ao excesso de peso foi o IMC  $\geq 25,0$  kg/m<sup>2</sup> (OR: 11,80; IC95%: 3,99-34,88), e o sexo masculino (OR: 0,32; IC95%: 0,15-0,69), sendo que este apresentou associação inversa com a insatisfação por excesso de peso, demonstrando que os acadêmicos do sexo feminino estavam mais insatisfeitos por excesso (Tabela 5).

Na análise bruta referente à insatisfação por magreza (Tabela 5), os fatores que se associaram ao desfecho foram: sexo masculino, realizar <739,61min./sem. de atividade física, relatar uma alimentação inadequada, e usar tabaco. Na análise ajustada, permaneceu associado à insatisfação por magreza o sexo masculino (OR: 2,73; IC95%: 1,16-6,45), realizar <739,61min./sem. de atividade física (OR: 2,39; IC95%: 1,01-5,68). Além disso, o excesso de peso (OR: 0,10; IC95%: 0,01-1,01) apresentou associação inversa com a insatisfação por magreza, indicando que sujeitos com peso normal estavam mais insatisfeitos por magreza.

Tabela 5

Odds ratio e intervalos de confiança da análise bruta e ajustada da regressão logística multinomial entre percepção da imagem corporal (categoria de referência = satisfação com a imagem corporal) de universitários do curso de Educação Física, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

Variável	Insatisfação por excesso		Insatisfação por magreza	
	OR (IC 95%)*	OR (IC 95%)**	OR (IC 95%)*	OR (IC 95%)**
<b>Sexo</b>				
Feminino	1	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Masculino	0,64 (0,35 – 1,18)	<b>0,32(0,15 – 0,69)</b>	<b>2,14 (1,03 – 4,43)</b>	<b>2,73 (1,16 – 6,45)</b>
<b>Idade</b>				
> 20 anos	1	1	1	1
≤ 20 anos	1,37 (0,74 – 2,54)	1,42 (0,67 – 3,03)	1,46 (0,73 – 2,93)	1,69 (0,71 – 4,05)
<b>Renda</b>				
> 6 salários mínimos	1	1	1	1
Até 6 salários mínimos	0,81 (0,45 – 1,49)	1,32 (0,64 – 2,75)	0,56 (0,28 – 1,13)	0,50 (0,22 – 1,15)
<b>Escolaridade da Mãe</b>				
> 8 anos	1	1	1	1
≤ 8 anos	0,50 (0,18 – 1,42)	0,44 (0,11 – 1,72)	0,92 (0,32 – 2,65)	1,69 (0,45 – 6,37)
<b>Escolaridade do Pai</b>				
> 8 anos	1	1	1	1
≤ 8 anos	0,96 (0,40 – 2,31)	1,02 (0,33 – 3,22)	0,56 (0,18 – 1,75)	0,67 (0,16 – 2,85)

---

<b>Estado civil</b>				
Casado	1	1	1	1
Solteiro	0,15 (0,02 – 1,2)	0,13 (0,13 – 1,24)	0,41 (0,04 – 4,62)	0,16 (0,01 – 2,13)
<b>Curso</b>				
Bacharelado	1	1	1	1
Licenciatura	1,00 (0,55 – 1,82)	1,66 (0,38 – 7,27)	0,67 (0,33 – 1,33)	0,70 (0,14 – 3,44)
<b>Trabalho</b>				
Sim	1	1	1	1
Não	1,52 (0,82 – 2,85)	1,77 (0,83 – 3,75)	1,24 (0,61 – 2,54)	1,23 (0,53 – 2,86)
<b>Moradia</b>				
Com alguém	1	1	1	1
Sozinho	1,41 (0,34 – 5,82)	1,52 (0,31 – 7,33)	3,04 (0,75 – 12,31)	2,79 (0,59 – 13,13)
<b>Turno de Estudo</b>				
Vespertino	1	1	1	1
Matutino	1,01 (0,55 – 1,84)	1,82 (0,40 – 8,27)	1,49 (0,73 - 3,00)	1,17 (0,23 – 6,09)
<b>Atividade Física</b>				
≥739,61min./sem.	1	1	1	1
<739,61min./sem.	1,85 (0,93 – 3,68)	1,62 (0,72 – 3,64)	<b>2,68 (1,26 – 5,69)</b>	<b>2,39 (1,01 – 5,68)</b>
<b>Hábitos Alimentares</b>				
Adequada	1	1	1	1
Inadequada	1,79 (0,74 – 4,34)	1,37 (0,49 – 3,86)	<b>3,16 (1,25 – 7,98)</b>	2,56 (0,90 – 7,27)
<b>Uso de Tabaco</b>				
Não	1	1	1	1
Sim	2,11 (0,21 – 20,69)	3,80 (0,34 – 41,95)	<b>7,89 (0,92 – 67,48)</b>	3,80 (0,34 – 41,90)

---

**Estado****nutricional**

Peso normal

**1****1****1****1**

Excesso de peso

**5,89 (2,33 – 14,9)****11,80 (3,99 – 34,88)**

0,19 (0,02 – 1,63)

**0,101 (0,01 – 1,00)****Consumo****excessivo de****bebida alcoólica**

Não

**1****1****1****1**

Sim

1,61 (0,48 – 5,44)

2,19 (0,54 – 8,80)

0,59 (0,10 – 3,32)

2,19 (0,55 – 8,80)

OR = *odds ratio* (razão de chance). IC = intervalo de confiança. \* Análise Bruta; \*\* Análise Ajustada por todas as variáveis independentes. Valores em negrito = p-valor <0,05.

## CAPÍTULO 5

### DISCUSSÃO

O presente estudo apresentou como principais resultados uma maior proporção de universitários do sexo feminino e portadores do IMC  $\geq 25,0$  kg/m<sup>2</sup> insatisfeitos com a imagem corporal por excesso de peso, e os estudantes do sexo masculino, os praticantes <739,61min. de atividade física semanal, os fumantes e os consumidores de uma alimentação inadequada demonstraram insatisfação por magreza.

Em relação à insatisfação com a imagem corporal, a prevalência observada neste estudo (69,5%) corrobora ao encontrado com alunos de Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa, PR, o qual verificou que 61,2% dos acadêmicos analisados relataram insatisfação com a imagem corporal (Rech et al., 2010). Em graduandos de vários cursos da Universidade Federal de Santa Catarina encontrou-se uma prevalência de insatisfação com a imagem corporal de 77,6% (Quadros, et al., 2010). Coqueiro et al. (2008) observaram entre acadêmicos de Educação Física uma frequência de insatisfação de 78,8%. Assim como, Gonçalves et al. (2008), em cujo estudo encontraram que 75,8% dos estudantes de Educação Física e 78,2% de nutrição da universidade de Taubaté, SP estavam insatisfeitos. Estes resultados sugerem que independente da área a qual o universitário está inserido as prevalências são altas e remetem a preocupações, tendo em vista a consistente associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o desenvolvimento de distúrbios alimentares, depressão, baixa autoestima e percepção negativa da qualidade de vida (Gucciardi, et al., 2004).

Em se tratando do sexo, verificou-se que as mulheres apresentaram um nível de insatisfação semelhante ao dos homens, 69,7% e 69,3% respectivamente. O mesmo foi observado por Damasceno et al (2005) cujo estudo identificou prevalências de insatisfação com a imagem corporal de 76% para o sexo feminino e 82% para o masculino sendo que enquanto os homens demonstram estarem insatisfeitos por magreza, as mulheres relatam insatisfação por excesso de peso (Rech et al., 2010; Quadros, et al., 2010). No presente estudo, ser do sexo masculino apresentou mais chance de estar insatisfeito com a imagem corporal por magreza. Por outro lado, ser do sexo feminino tem mais chance de estar insatisfeito com a imagem corporal por excesso. Esta divergência entre os sexos é fundamentada nas próprias diferenças inculcadas nos padrões corporais estabelecidos pelos meios de comunicação em massa para

cada sexo. Diante disso, faz-se necessário a realização de ações reflexivas acerca de estratégias para aumentar a aceitação do próprio corpo no ambiente universitário, uma vez, que a literatura tem demonstrado a eficiência de vários tipos de programas de intervenção na redução da insatisfação com a imagem corporal, dentre eles destacam-se os baseados na redução de dissonância cognitiva (Stice, Mazotti, Weibel & Agras, 2000) e naquelas que visam a diminuição dos efeitos provenientes das imagens corporais, preconizadas pela internet e pela mídia (Zabinski et al, 2001).

Quanto à associação entre a percepção da imagem corporal e o estado nutricional, a atual investigação identificou que o sobrepeso/obesidade esteve associado ao desejo de redução da silhueta corporal. Este desfecho vai ao encontro a outros estudos (Bosi et al., 2008; Kakeshita & Almeida, 2006; Quadros et al., 2010) e demonstra que a imagem corporal idealizada pelos universitários ajusta-se ao padrão magro e hipertrofiado preconizado pelo contexto sociocultural vigente, o qual considera a gordura e um maior peso corporal como estigma de feiúra, e desta forma, aqueles indivíduos com maior IMC tendem a apresentar um maior desconforto e preocupação com a imagem corporal.

No que diz respeito ao nível de atividade física e sua associação com a percepção da imagem corporal, destaca-se nesta pesquisa que os acadêmicos menos ativos fisicamente (<739,61min. semanal) mostraram estar insatisfeitos com a imagem corporal por magreza. Em um estudo com universitários do curso de Educação Física da Universidade Estadual de Ponta Grossa não foi encontrada associação entre o nível de atividade física e a percepção da Imagem corporal (Rech et al., 2010). Por sua vez, outra investigação em adultos jovens dos Estados Unidos identificou por meio de um inquérito telefônico, que os indivíduos insatisfeitos com o seu peso corporal apresentaram menor nível de atividade física em relação aos indivíduos satisfeitos (Kruger et al., 2008).

Esta falta de consenso, pode ser explicada em virtude das diferenças metodológicas entre os estudos. Enquanto o estudo de Rech utilizou como instrumento a escala de silhuetas, a pesquisa realizada por Kruger identificou a insatisfação com a imagem corporal mediante a seguinte questão: “Como você se sente em relação ao seu peso corporal neste exato momento”.

No entanto, independente dos resultados encontrados por outros estudos, uma possível explicação para a maior proporção de insatisfação

com a imagem corporal por magreza em indivíduos menos ativos fisicamente encontrado na atual pesquisa refere-se a busca por um corpo magro e sem gordura aparente para o sexo feminino e hipertrofiado, com um baixo percentual de gordura para os homens, padrão este ainda mais valorizado por acadêmicos de Educação Física (O'Brien & Hunter, 2006) e que é resultado da prática de atividade física excessiva (Loland, 1998). Desta forma, a inatividade física pode induzir ao afastamento do ideal de beleza, gerando uma percepção negativa da imagem corporal.

A aquisição de comportamentos relacionados à saúde como, alimentação inadequada e uso de tabaco têm sido associados à presença de insatisfação com a imagem corporal. Alguns estudos apontam que indivíduos insatisfeitos tendem a aderir ao uso de tabaco e ao consumo de uma alimentação inadequada/restritiva como forma de obter um corpo magro e hipertrofiado (Clark et al., 2005; Jaworowska & Bazylak, 2009). No presente estudo, o efeito bruto destas duas variáveis, alimentação e uso de tabaco, sobre a percepção da imagem corporal não foi confirmada na análise ajustada, indicando que outras variáveis analisadas, como, o nível de atividade física e o estado nutricional explicam a associação dos hábitos alimentares e do uso de tabaco com o desfecho, podendo também explicar a não associação entre o consumo excessivo de bebida alcoólica e a percepção da imagem corporal nos universitários da atual investigação.

As variáveis sociodemográficas (idade, escolaridade dos pais, estado civil, curso, trabalho, moradia, turno de estudo e renda) não se associaram a percepção da imagem corporal. Esses resultados são convergentes com estudos que não encontraram associações da percepção da imagem corporal com a idade, turno de estudo, ocupação profissional e renda (Rech et al., 2010; Costa & Vasconcelos, 2010). Entretanto, divergem de estudos que apontam associação com idade e renda (Wardle & Griffith, 2001). Desta forma, verifica-se a necessidade de investigações futuras a respeito desta temática, a fim de identificar a direção da associação entre a percepção da imagem corporal com as variáveis sociodemográficas.

Como principais limitações do estudo destacam-se: 1) o delineamento transversal, o que impede o estabelecimento de inferência causal 2) à utilização da escala de silhuetas corporais para avaliar a imagem corporal. As silhuetas são bidimensionais, dessa forma não permitem a representação do indivíduo como um todo, da distribuição de sua massa de gordura subcutânea e de outros aspectos antropométricos importantes na formação da imagem corporal (Kay,

1996). Entretanto, estudos indicam fortes correlações do IMC com a percepção da imagem corporal (Coqueiro et al., 2008); 3) o instrumento utilizado para analisar os hábitos alimentares, pois não permite identificar se a inadequação alimentar foi caracterizada pelo consumo excessivo, além da quantidade de porções diárias recomendadas, ou deficiente, aquém da quantidade necessária recomendada.

Como ponto forte da pesquisa destaca-se: 1) o aproveitamento dos resultados para alertar os profissionais de Educação Física quanto à necessidade de implantar intervenções pautadas na informação midiática e publicitária que, na maioria das vezes, apresentam-se como soluções, para a insatisfação corporal, poucos saudáveis, e até lesivas; 2) aplicação do questionário sob forma online, que possibilitou a construção do banco de dados automática ao preenchimento das questões, eliminando os erros decorrentes da tabulação de dados.

## CAPÍTULO 6

### RECOMENDAÇÕES E CONCLUSÕES

Este estudo permitiu concluir que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal dos universitários estudados foi elevada. Atentando para a necessidade de intervenções que visem diminuir estas prevalências, uma vez que estes profissionais serão responsáveis pela promoção e educação para a saúde da população.

Os fatores investigados, o sexo feminino e o  $IMC \geq 25,0 \text{ kg/m}^2$  esteve relacionado à insatisfação por excesso. O sexo masculino, alimentação inadequada, prática de atividade física  $< 739,61 \text{ min.}$  semanal e o uso de tabaco foram as variáveis associadas à insatisfação por magreza.

A realização de estudos de intervenção que analisem a influência dos fatores relacionados aos comportamentos de saúde (atividade física, hábitos alimentares e uso de tabaco) na percepção da imagem corporal em universitários são encorajados para confirmar os achados do presente estudo, e contribuir para o avanço do conhecimento relacionado a esta temática na área da saúde, subsidiando a criação de programas voltados a insatisfação com a imagem corporal em universitários, cujo o intuito seja o combate e a prevenção a comportamentos de risco associados a este desfecho, dentre eles, transtornos alimentares, dietas alimentares inadequadas, prática excessiva de atividade física. E assim, orientar os universitários quanto as questões relacionadas ao corpo impostas pela sociedade e até que ponto as mesmas são condizentes com a manutenção de uma boa saúde. Pois estes, serão futuros profissionais de Educação Física e pretendem trabalhar em promoção da saúde mediante o estímulo de hábitos saudáveis.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa*. (2008). Critério de Classificação Econômica Brasil. 2008. Recuperado em: 10 de abril de 2011 de [http:// www.abep.org](http://www.abep.org).
- ACUÑA, K. & CRUZ, T. (2004). Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, 48(3), 345-361.
- ADAMI, F. FERNANDES, T. FRAINER, D. & Oliveira, F. (2005). Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na educação física. *Revista Digital – Lecturas* (83). Consultado on-line em <http://www.efdeportes.com>
- ALMEIDA, G. A. N., SANTOS, J. E., PAISAN, S. R. & LOUREIRA, S. R. (2005). Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: um estudo exploratório. *Psicologia em estudo*, 10(1), 27-35.
- ALVARENGA, M dos S., DUNKER, K. L. L., PHILIPPI, S. T. & SCAGLIUSI, F. B. (2010). Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. *Jornal brasileiro de psiquiatria*, 59(2), 111-118.
- ANDRADE, A. P. A. de., BERNARDO, A. P. C., VIEGAS, C. A. de A., FERREIRA, D. B. L., GOMES, T. C. & SALES, M. R. (2006). Prevalência e características do tabagismo em jovens da Universidade de Brasília. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 32(1), 23-28.
- ANDRADE, A. & BOSI, M.L.M. (2002). Mídia e subjetividade no comportamento alimentar feminino. *Revista de Nutrição*, 16(1), 117-25.
- ANTIN, T. & PASCHALL, M. (2011). Weight perception, weight change intentions, and alcohol use among young adults. *Body Image*, 8(2), 149-156.

- ANTON, S., PERRI, M. & RILEY, J. (2000). Discrepancy between actual and ideal body images Impact on eating and exercise behaviors. *Eating Behaviors*, 1(2), 153-160.
- ARCHIBALD, A.B., GRABER, J.A. & BROOKS-GUNN, J. (1999). Association among parent-adolescent relationship, pubertal growth, dieting, and body image in young adolescent girls: A short-term longitudinal study. *Journal of Adolescent Research*, 9(4), 395-415.
- ASSUNÇÃO, S.S.M. (2002). Dismorfia muscular. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 24(suplemento 3), 80-84.
- AZEVEDO, M. R. & ARAÚJO, C. L. (2007). Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. *Revista de Saúde Pública*, 41(1), 69-75.
- BARETTA, E., BARETTA, M. & PERES, K. G. (2007). Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 23(7), 1595-1662.
- BARNETT, H., KEEL, P. & CONOSCENTI, L. (2001). Body type preferences in Asian and Caucasian college students. *Sex Roles*, 45(11 - 12), 867-878.
- BEN-TOVIM, D. & WALKER, K. (1991) Some body-related attitudes in women smokers and non-smokers. *British Journal of Addiction*, 86(9), 1129-1131.
- BESSENOFF, G. R. & DEL PRIORE, R. (2007). Women, weight, and age: Social comparison to magazine images across the lifespan. *Sex Roles*, 56(3-4), 215-222.
- BLAU, P. & DUNCAN, O. D. (1967). *The American Occupational Structure*. New York: Wiley.
- BOLES, S & JOHNSON, P. (2001). Gender, weight concerns, and adolescent smoking. *Journal of Addictive Diseases*, 20(2), 5-14.

BOSI, M. L., UCHIMURA, K. & LUIZ, R. (2008). Eating behavior and body image among psychology students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 58(3), 150 - 155.

BRAGGION, G.F., MATSUDO., S. M. M., MATSUDO, V. K. R., ANDRADE, E.L. & ARAÚJO, T. L. (2000). Comparação das variáveis antropométricas e acordo com o grau de satisfação com a aparência corporal em senhoras ativa acima de 50 anos. *Anais do XXIII simpósio Internacional de Ciências do Esporte*. São Paulo, 05-08 de outubro.

BRANCO, L. M., HILÁRIO, M. O. & CINTRA, I. (2006). Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 33(6) 292-296.

BUARQUE, de H. A. (2010). *Novo Dicionário Aurélio*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.

CSEF - Canadian Society for Exercise Physiology. (2003). The Canadian Physical Activity, Fitness and Lifestyle Appraisal: CSEP's guide to health active living. 2nd ed. Ottawa: CSEF.

CARLINI-COTRIM, B. (1999). Country profile on alcohol in Brazil. In: L. Riley & M. Marshall ( Ed.). *Alcohol and public health in eight developing countries*. Geneva: World Health Organization.

CASH, T. F. & GREEN, G. K. (1986). Body weight and body image among college women: Perception, cognition, and affect. *Journal of personality assessment*, 50(2), 90-301.

CASPERSEN, C., POWELL, K. & CHRISTENSON, G. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126-131.

CHAVEZ, K., O'BRIEN, B. & PILLON, S. C. (2005). Drugs use and risk behavior in a university community. *Revista Latino americana de Enfermagem*, 13(especial), 1194-1200.

CLARK, M. M., CROGHAN, I., READING, S., SCHROEDER, D., STONER, S. M., PATTEN, C. A. & VICKERS, K. (2005). The

relationship of body image dissatisfaction to cigarette smoking in college students. *Body Image*, 2(3), 263–270.

COSTA, L. & VASCONCELOS, F. (2010). Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis, SC. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13(4), 665-676.

COQUEIRO, R., PETROSKI, E., PELEGRINI, A. & BARBOSA, A. R. (2008). Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com o estado nutricional em universitários. *Revista de Psiquiatria*, 30(1), 31-38.

DAMASCENO, V., LIMA, J., VIANNA, J., VIANNA, V. & NOVAES, J. (2005). Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 11(3), 181-186.

DUNKEL, T., DAVIDSON, D. & QUARASHI, S. (2010). Body satisfaction and pressure to bethinin younger and older Muslim and non-Muslim women: The role of Western and non-Western dress preferences. *Body Image*, 7(1), 56-65.

DUTRA, R. C. A. (2004). Nação, região, cidadania: A construção das cozinhas regionais no projeto nacional brasileiro. *Revista de Antropologia Social*, 5(1), 93-110.

EZZATI, M. & LOPES, A. (2003). Estimates of global mortality attributable to smoking in 2000. *Lancet*, 362(9387), 847-852.

FEITOSA, E., DANTAS, C., WARTHA, E., MARCELLINI, P. & MENDES - NETO, R. (2010). Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no nordeste, BR. *Revista Alimentos e Nutrição de Araraquara*, 21(2), 225-230.

FERMINO, R.C., PEZINNI, M.R. & REIS, R.S. (2010). Motivos para prática de atividade física e imagem corporal em frequentadores de academia. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 16(1), 18-23

FONTES, A. C. & VIANNA, R. (2009). Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 12(1), 20-29.

FRANÇA, C. & COLARES, V. (2008). Estudo comparativo de condutas de saúde entre universitários no início e no final do curso. *Revista de Saúde Pública*, 42(3), 420-427.

FREDENBERG, J., BERGLUND, P. & DIEKEN, H. (1996). Incidence of eating disorders among selected female university students. *Journal of the American Dietetic Association*, 96(1), 64-75.

FRIEDMAN, M. & BROWNELL, K. (1995). Psychological correlates of obesity: Moving to the next research generation. *Psychological Bulletin*, 117(1), 3-20.

GONÇALVES, T., BARBOSA, M., ROSA, L. & RODRIGUES, A. (2008). Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 57(3), 166-170.

GROSSBARD, J.R., LEE, C.M., NEIGHBORS, C & LARIMER, M.E. (2008). Body Image concerns and contingent self-esteem in male and female college students. *Sex Roles*, 60(3-4), 198-207.

GUCCIARDI, E., CELASUN, N., AHMAD, F., STEWART, D. (2004). Eating Disorders. *BMC Womens Health*, 4(Suppl 1), 1-6.

HALLAL, P., VICTORA, C., WELLS, J. & COSTA, R. (2003). Physical Inactivity: Prevalence and Associated Variables in Brazilian Adults. *Medicine & science in sports & exercise*, 35(11), 1894-1900.

HALTY, L., HUNTNNER, M., OLIVEIRA-NETTO, I., FENKER, T., PAQUALINI, T., LEMPEK, B., SANTOS, A. & MUNIZ, Alessandra. (2002). Pesquisa sobre tabagismo entre médicos de Rio Grande, RS: prevalência e perfil do fumante. *Jornal de Pneumologia*, 28(2), 77-83.

HART, E. (2003). Avaliando a imagem corporal. In K. Tritschler . *Medida e avaliação em educação física e esportes*. São Paulo: Manole.

HEINBERG, L. (2005). The Role of Body Image Distress in Obesity: Is it Motivating or Malevolent? *Academy for Eating Disorders International Conference on Eating Disorders*. Montreal, Quebec, Canada: Academy for Eating Disorders.

HEINBERG, L., THOMPSON, K. & MATZON, J. (2001). Body image dissatisfaction as a motivator for healthy lifestyle change: is some distress beneficial? In: R. Striegel-Moore & L. Smolak (Ed.). *Eating Disorders Innovative Directions in Research and Practice*. Washington: American Psychological Association.

HULL, J. (1981). A self-awareness model of the causes and effects of alcohol consumption. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(6),586–600.

JACOBI, L. & CASH, T.F. (1994). In pursuit of the perfect appearance. *Journal Applied Social Psychology*, 24(1),369-379.

JAWOROWSKA, A. & BAZYLAK, G. (2009). An outbreak of body weight dissatisfaction associated with self-perceived BMI and dieting among female pharmacy students. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 63(9), 679-692.

JONZON, K. (2009). Cosmetic medical treatments: why are we so obsessed with beauty-is it nature or nurture? *Plastic Surgical Nursing*, 29(4), 222-225.

KAKESHITA, I. & ALMEIDA, S. (2006). Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Revista de Saúde Pública*, 40(3), 497-504.

KAY S. (1996). The Psychological and anthropometric in body image. In: K. Norton & T. Olds (Ed.). *Anthropometrica*. Sydney: University of New South Wales press.

KEAR, M. (2002). Psychosocial determinants of cigarette smoking among college students. *Journal of Community Health Nursing*, 19(4), 245-257.

KING, T., MATAVIN, M., MARCUS, B., BOCK, B. & TRIPOLONE, J. (2000). Body image evaluations in women smokers. *Addictive Behaviors*, 25(4), 613-618.

KRUGER, J., CHONG-DO, L., AINSWORTH, B. & MACERA, C. (2008). Body Size Satisfaction and Physical Activity Levels Among Men and Women. *Obesity*, 16(8), 1976-1979.

LAUS, M. F., MOREIRA, R. & COSTA, T. (2009). Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 31(3), 192-196.

LOLAND, N.W. (1998). Body image and physical activity: a survey among Norwegian men and women. *International journal of sport psychology*, 29(4), 339-365.

MANDIL, A., HUSSEIN, A., OMER, H. & TURKI, G. (2007). Characteristics and risk factors of tobacco consumption among University of Sharjah students, 2005. *East Mediterr Health Journal*, 13(6), 1449- 1458.

MALCON, M., MENEZES, A. M. & CHATKIN, M. (2003). Prevalência e fatores de risco para tabagismo em adolescentes. *Revista de Saúde Pública*, 37(1), 1-7.

MARCONDELLI, P., COSTA, T. & SCHMITZ, B. (2008). Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. *Revista de Nutrição*, 21(1), 39-47.

MATTOS, L. & MARTINS, I. (2000). Consumo de fibras alimentares em população adulta. *Revista de Saúde Pública*, 34(1), 50-55.

MATUSEK, J., WENDT, S. & WISEMAN, C. (2004). Dissonance thin-ideal and didactic healthy behavior eating disorder prevention programs: Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, 36(4), 376-388.

MATSUDO, S., ARAUJO, T., MATSUDO, V., ANDRADE, D., ANDRADE, E. & OLIVEIRA, L. (2001). Questionário Internacional de

Atividade Física (IPAQ): Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 6(2), 05-18.

McCABE, M. P. & RICCIARDELLI, L. A. (2004). A longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 39(153), 146-166.

MELIN, P. & ARAÚJO, A. M. (2002). Transtornos alimentares em homens: um desafio diagnóstico. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 24(Suplemento 3), 73-76.

MENEZES, A. M., HORTA, B., ROSA, A., OLIVEIRA, F. & BONNANN, M. (1994). Hábito de Fumar entre Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Pelotas, Brasil: Comparação entre as Prevalências de 1986 e 1991. *Cadernos de Saúde Pública*, 10(2), 164 - 70.

MENEZES, A. M., PALMA, E., HOLTHAUSEN, R., OLIVEIRA, R., OLIVEIRA, P., DEVENS, E., STEINHAUS L., HORTA, B. & VICTORA, C. (2001). Evolução temporal do tabagismo em estudantes de medicina, 1986, 1991, 1996. *Revista de Saúde Pública*, 35(2), 165-169.

MENEZES, A. M., HALLAL, P., SILVA, F., SOUZA, M., PAIVA, L., D'AVILA, A., WEBER, B., VAZ, V., MARQUES, F. & HORTA, B. (2004). Tabagismo em estudantes de Medicina: tendências temporais e fatores associados. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 30(3), 223-228.

MORGAN, C., VECCHIATTI, I. & NEGRÃO, A. (2002). Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. *Revista Brasileiro de Psiquiatria*, 24(suplemento III), 18-23.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. (2008). Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquerito telefônico. Brasília, DF. Recuperado em: 12 de junho de 2011, de [http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/vigitel2007\\_fin\\_1\\_web.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/vigitel2007_fin_1_web.pdf).

O'BRIEN, K. & HUNTER, J. (2006). A. Body esteem and eating behaviors in female physical education students. *Eating and Weight Disorders*, 11(2), 57-60.

OGDEN, J. & EVANS, C. (1996). The problem with weighing: effects on mood, self-esteem and body image. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 20(3), 272-277.

OGDEN, J. & THOMAS, D. (1999). The role of familial values in understanding the impact of social class on weight concern. *International Journal of Eating Disorders*, 25(3), 273-279.

PALMQVIST, R. & SANTAVIRTA, N. (2006). What Friends are for: The Relationships Between Body Image, Substance Use, and Peer Influence Among Finnish Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 203-219.

PAIXÃO, L., DIAS, R. & PRADO, W. (2010). Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do recife/PE. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 15(3), 145-150.

PEAT, C., PEYERL, N., FERRARO, R. & BUTLER, M. (2011). Age and Body Image in Caucasian Men. *Psychology of Men and Masculinity*, 12(2), 195-200.

PELEGRINI, A., PETROSKI, E. L. (2010). Antropometria e percepção da imagem corporal. In: E. L. PETROSKI., C.S. PIRESNETO & M. F. GLANER, M. F (Ed.). *Biométrica*. Jundiaí – São Paulo: Fontoura.

PEUKER, A. C., FOGAÇA, J. & Bizarro, L. (2003). Expectativas e beber problemático entre universitários. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22(2), 193-200.

PILLON, S. & WEBSTER-CORRADI, C. (2006). Teste de identificação de problemas relacionados ao uso de álcool entre estudantes universitários. *Revista UERJ*, 14(3), 325- 332.

PILLON, S., O'BRIEN, B. & CHAVEZ, K. (2005). The relationship between drugs use and risk behaviours in brasilian university. *Revista Latino americana de Enfermagem*, 13(especial), 1169 -1176.

- POPE, H. G., PHILLIPS, K. A. & OLIVARDIA, R. (2000). *O Complexo de adônis. A Obsessão Masculina pelo Corpo*. Rio de Janeiro: Campus.
- PROKHOROV, A., WARNEKE, C., MOOR, C., EMMONS, K., JONES, M., ROSENBLUM, C., HUDMON, K. & GRITZ, E. (2003). Self-reported health status, health vulnerability, and smoking behavior in college students: Implications for intervention. *Nicotine & Tobacco Research*, 5(4), 545-552.
- QUADROS, T., GORDIA, A., MARTINS, C., SILVA, D., FERRARI, E. & PETROSKI, E. (2010). Imagem corporal em universitários: associação com estado nutricional e sexo. *Revista Motriz*, 16(1), 78-85.
- RABAK-WAGENER, J., EICKHOFF-SHEMEK, J. & KELLY-VANCE, L. (1998). The effect of media analysis on attitudes and behaviors regarding body image among college students. *Journal of American College Health*, 47(1), 29-35.
- RECH, C., ARAUJO, E. & VANAT, J. (2010). Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 24(2), 285-292.
- RIBEIRO, R., LOTUFO, P., LAMOUNIER, J., OLIVEIRA, R., SOARES, J. & BOTTER, D. A. (2006). Fatores adicionais de risco cardiovascular associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes: o estudo do coração de Belo Horizonte. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 86(6), 40-418.
- RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R., REIS, R. S. & PETROSKI, E. L. (2008). Brazilian version of a lifestyle questionnaire: translation and validation for young adults. *Arquivo Brasileiro de Cardiologia*, 91(2), 92-98.
- SAIKALI, C.J., SOUBILLA, C.S., SCALFARO, B.M & CORDÁS, T.A. (2004). Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 31(4), 164-166.
- SCAGLIUSI, F., ALVARENGA, M., POLACOW, V., CORDÁS, T., QUEIROZ, G., COELHO D., PHILIPPI, S. & LANCHÁ JÚNIOR, A.

(2006). Concurrent and discriminant validity of the Stunkard's figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite*, 47(1), 77-82.

SCHWARTZ, M. & BROWNELL, K. (2004). Obesity and body image. *Body Image*, 1(1), 43-56.

SHUCKIT, M.A (1995). Abuso de álcool e drogas. Lisboa: Climepsi Editores.

SOUZA, D., ARECO, K. & SILVEIRA FILHO, D. (2005). Álcool e alcoolismo entre adolescentes da rede estadual de ensino de Cuiabá, Mato Grosso. *Revista de Saúde Pública*, 39(4), 585-592.

SILVA, L., MALBERGIER, A., STEMPLIUK, V. & ANDRADE, A. (2006). Fatores associados ao consumo de álcool e drogas entre estudantes universitários. *Revista de Saúde Pública*, 40(2), 280- 288.

SLADE, P. D. (1988). Body image in anorexia nervosa. *British Journal of Psychiatry*, 153(Suppl 2), 20-22.

SNYDER, R. (1997). Self-discrepancy theory, standards for body evaluation, and eating disorder symptomatology among college women. *Women and Health*, 26(2), 69-84.

STRAUSS, R.S & MIR, H.M. (2001). Smoking and weight loss attempts in overweight and normal-weight adolescents. *International Journal obesity and related metabolic disorders*, 25(1), 1381-1385.

STEELE, C. & JOSEPHS, R. (1990). Alcohol myopia: Its prized and dangerous effects. *American Psychologist*, 45(8), 921-933.

STICE, E., TROST, A. & CHASE, A. (2003). Healthy weight control and dissonance-based eating disorder prevention programs: Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, 33(1), 10-21.

STICE, E., MAZOTTI, L., WEIBEL, D. & AGRAS, W. S. (2000). Dissonance prevention program decreases thin-ideal internalization, body dissatisfaction, dieting, negative affect, and bulimic symptoms: A

preliminary experiment. *International Journal Eating Disorders*, 27(1), 206-217.

STUNKARD, A., SORENSEN, T. & SCHULSINGER, F. (1983). Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. In: S.S. KETY., L. P. ROWLAND., R.L. SIDMAN & S.W. MATTHYSSE (Ed.). *The Genetics of Neurological and Psychiatric Disorders*. New York: Raven Press.

THOMAS, J. & NELSON, J. (2002). *Métodos de pesquisa em atividade física*. Porto alegre: Artmed.

VICKERS, K., PATTEN, C., LANE, K., CLARK, M., CROGHAN, I., SCHROEDER, D. & HURT, R. (2003). Depressed versus non-depressed young adult tobacco users: Differences in coping style, weight concerns, and exercise level. *Health Psychology*, 22(5), 498-503.

VIEIRA, D., RIBEIRO, M., ROMANO, M. & LARANJEIRA, R. (2007). Álcool e adolescentes: estudo para implementar políticas municipais. *Revista de Saúde Pública*, 41(3), 396-403.

VILELA, J.E.M., LAMOUNIER, J.A., FILHO, M.A.D, Neto, J.R.B. & HORTA, G.M. (2004). Transtornos alimentares em escolares. *Jornal de Pediatria*, (80)1, 49-54.

VITOLO, M., BORTOLINI, G. & HORTA, R. (2006). Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 28(1), 20-26.

VOCKS, S., LEGENBAUERB, T. & HEILA, A. (2007). Food intake affects state body image: Impact of restrained eating patterns and concerns about eating, weight and shape. *Appetite*, 49(2), 467-475.

ZABINSKI, M. F., PUNG, M. A., WILFLEY, D. E., EPPSTEIN, D., WINZELBERG, A. J & CELIO, A. (2001). Reducing risk factors for eating disorders: Targeting at-risk women with a computerized psycho-educational program. *International Journal Eating Disorders*, 29(1), 401-408.

WARDLE, J. & GRIFFITH, J. (2001). Socioeconomic status and weight control practices in British adults. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 55(3), 185-190.

WILSON, D., NIELSEN, E. & CILISKA, D. (1984). Lifestyle assessment: testing the FANTASTIC instrument. *Canadian Family Physician*, 30(1), 1863-1866.

*World Health Organization*. (1998) The World Health Report 1998: Life in the 21st Century – A Vision for All. Geneva: WHO.

*World Health Organization*. Global status report: alcohol and young people. Geneva: 2001.

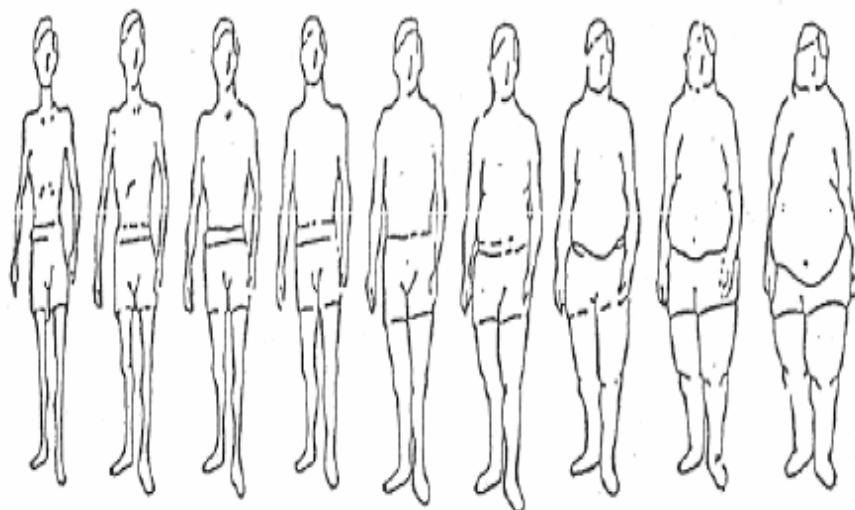
## ANEXO

## **ANEXO 1 – Percepção de Imagem Corporal**

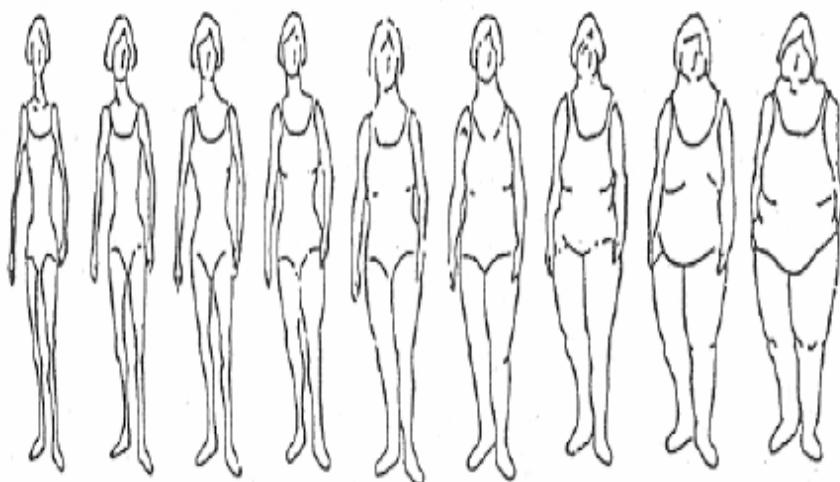
A partir das figuras apresentadas pelos pesquisadores, indique o número (nos espaços abaixo) referentes a sua percepção da imagem corporal percebida como **REAL** (aquela que você se identifica), **IDEAL** (aquela que você gostaria de ter) e do **SEXO OPOSTO** (aquela que você considera ideal para o sexo oposto).

**REAL ( )**

**IDEAL ( )**



**1 2 3 4 5 6 7 8 9**



## **ANEXO 2 – Questionário Internacional de Atividade Física - Versão Curta**

Nós estamos interessados em saber que tipo de atividade física as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. Suas respostas nos ajudarão a entender que tão ativos nós somos em relação a pessoas de outros países. As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gastou fazendo atividade física na ÚLTIMA semana. As perguntas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Suas respostas são MUITO importantes. Por favor, responda cada questão mesmo que considere que não seja ativo. Obrigado pela sua participação!

Para responder às questões lembre que:

- ✓ Atividades físicas VIGOROSAS são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar MUITO mais forte que o normal
- ✓ Atividades físicas MODERADAS são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar UM POUCO mais forte que o normal

Para responder às perguntas pense somente nas atividades que você realiza por pelo menos 10 minutos contínuos de cada vez:

1a Em quantos dias da última semana você CAMINHOU por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

\_\_\_\_\_ dias por SEMANA ( ) Nenhum

1b Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando por dia?

horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

2a Em quantos dias da última semana, você realizou atividades MODERADAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (POR FAVOR, NÃO INCLUA CAMINHADA)

\_\_\_\_\_ dias por SEMANA ( ) Nenhum

2b Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

3a Em quantos dias da última semana, você realizou atividades VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou cavoucar no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar MUITO sua respiração ou batimentos do coração.

\_\_\_\_\_ dias por SEMANA ( ) Nenhum

3b Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

### ANEXO 3 – Questionário de Estilo de Vida Fantástico

Coloque um X na alternativa que melhor descreve o seu comportamento ou situação no mês passado. As explicações às questões que geram dúvidas encontram-se no final do questionário.

<b>Família e Amigos</b>	Tenho alguém para conversar as coisas que são importantes para mim	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Com relativa frequência	Quase sempre
	Eu dou e recebo afeto	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Com relativa frequência	Quase sempre
<b>Atividade</b>	Sou vigorosamente ativo <b>pele menos durante 30 minutos</b> por dia (corrida, bicicleta, etc)	Menos de 1 vez por semana	1-2 vezes por semana	3 vezes por semana	4 vezes por semana	5 ou mais vezes por semana
	Sou moderadamente ativo (jardinagem, caminhada, trabalho de casa)	Menos de 1 vez por semana	1-2 vezes por semana	3 vezes por semana	4 vezes por semana	5 ou mais vezes por semana
<b>Nutrição</b>	Eu como uma dieta balanceada (ver explicação)	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Com relativa frequência	Quase sempre
	Eu freqüentemente como em					

	excesso 1) açúcar 2) sal 3) gordura animal 4) bobagens e salgadinhos	Quatro itens	Três itens	Dois itens	Um item	Nenhum
	Eu estou no intervalo de + ou - quilos do meu peso considerado saudável.	Mais de  8 Kg	  8 Kg	  6 Kg	  4 Kg	  2 Kg
<b>Tabaco e tóxicos</b>	Eu fumo cigarro	Mais de 10 por dia	1 a 10 por dia	Nenhum nos  últimos 6 meses	Nenhum no  ano passado	Nenhum nos  últimos 5 anos
	Eu uso drogas como maconha e cocaína	Algumas vezes				Nunca
	Eu abuso de remédios ou exagero	Quase  Diariamente	Com relativa  frequência	Ocasionalmente	Quase  nunca	Nunca
	Eu ingiro bebidas que contém cafeína  (café, chá ou coca-cola)	Mais de 10 vezes por dia	7 a 10 vezes  por dia	3 a 6 vezes  por dia	1 a 2 vezes  por dia	Nunca
<b>Álcool</b>	A minha ingestão média por semana de álcool é: _____ doses (veja explicação)	Mais de 20	13 a 20	11 a 12	8 a 10	0 a 7
	Eu bebo mais de 4 doses em	Quase diariamente	Com relativa	Ocasionalmente	Quase nunca	Nunca

	uma ocasião		Frequência			
	Eu dirijo após beber	Algumas vezes				Nunca
<b>Sono, cinto de segurança, stress e sexo seguro</b>	Eu durmo bem e me sinto descansado	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Com relativa frequência	Quase sempre
	Eu uso cinto de segurança	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	A maioria das vezes	Sempre
	Eu sou capaz de lidar com o stress do meu dia-a-dia	Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Com relativa frequência	Quase sempre

## APÊNDICES

## **APÊNDICE 1 Termo de consentimento livre e esclarecido**

Este termo tem por objetivo solicitar o seu consentimento para participação na pesquisa intitulada “Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários do curso de Educação Física”, referente ao projeto de dissertação de mestrado da Prof<sup>a</sup>. Elisa Pinheiro Ferrari, que tem como orientador o Prof. Dr. Edio Luiz Petroski.

Esta pesquisa está vinculada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), e tem como objetivo determinar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em universitários de ambos os sexos do curso de Educação Física de uma universidade pública federal, e verificar os fatores associados a este fenômeno. Diante da exaltação de um padrão de beleza caracterizado pelas formas corporais magras, percebe-se a necessidade de investigar algumas questões referentes à insatisfação com a imagem corporal, principalmente em adultos jovens, devido ao aumento da prevalência de distúrbios alimentares (como a anorexia e a bulimia) constatado nos últimos anos nessa população. Desta forma, este estudo possibilitará identificar os universitários com maior risco de apresentar insatisfação com a imagem corporal, para que os programas de prevenção de distúrbios alimentares contemplem os grupos de maior risco.

Para a realização da pesquisa, será solicitado aos participantes que respondam os questionários referentes as seguintes variáveis:

- a) Percepção da imagem corporal;
- b) Características sociodemográficas;
- c) Nível de atividade física;
- d) Consumo alcoólico;
- e) Alimentação;
- f) Uso de tabaco;
- g) Peso corporal e estatura autorrelatados.

Esses questionários serão aplicados por profissionais e estudantes de Educação Física responsável.

Fica antecipadamente garantido que:

- a) Somente participarão desta, os estudantes que aceitarem, após serem esclarecidos sobre os procedimentos aos quais serão submetidos, devendo assinar o termo de consentimento livre e esclarecido;
- b) Não haverá nenhum custo aos participantes deste estudo;

- c) Os nomes dos participantes do estudo não serão divulgados, assegurando-se o caráter confidencial das informações obtidas para esta pesquisa;
- d) Os participantes desta pesquisa poderão desistir a qualquer momento;
- e) Os procedimentos referentes a esta pesquisa não apresentam nenhum risco à integridade física dos participantes;
- f) Os responsáveis por esta pesquisa estarão disponíveis à para esclarecer dúvidas a respeito desta pesquisa e, também, para dar acesso aos resultados de cada estudante, se for de interesse.

Concordando com o que foi exposto acima, concordo participar do estudo como voluntária.

---

Nome do participante

---

Assinatura

Data \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

---

Prof<sup>a</sup>. Elisa Pinheiro Ferrari  
Pesquisadora responsável  
Telefone: 99100658

---

Orientador Edio Luiz Petroski  
Telefone: 3721 9062 / 3721 9462 Ramal 23

## **APÊNDICE 2: Compilação dos questionários utilizados no presente estudo**

### **QUESTIONÁRIOS**

#### **Informações gerais**

1. Qual a sua data de nascimento? \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

2. Qual a sua idade? \_\_\_\_ anos

3. Qual seu peso corporal? \_\_\_\_\_ kg

4. Qual a sua estatura? \_\_\_\_\_ m

5. Qual seu sexo?

a- Masculino

b- Feminino

6. Com quem você mora atualmente? Você pode marcar mais de uma alternativa.

a- Sozinho

b- Cônjuge/ Companheiro(s)

c- Amigo(s)

d- Pais ou responsáveis

e- Outros parentes

f- Filho (s)

g- Outros

7. Qual seu estado civil?

a- Solteiro

b- Casado

c- Separado/Divorciado

8. Você trabalha?

a- Sim

b- Não

9. Qual seu turno de estudo?

a- Matutino

b- Vespertino

c- Noturno

10. Qual a escolaridade de sua mãe?

a- Analfabeto / primário incompleto (até 3ª série do ensino fundamental)

b- Primário completo / ginásial incompleto (até a 4ª série do ensino fundamental)

c- Ginásial completo / colegial incompleto (ensino fundamental completo)

d- Colegial completo / superior incompleto (ensino médio completo)

e- Superior completo

11. Qual a escolaridade do seu pai?

a- Analfabeto / primário incompleto (até 3ª série do ensino fundamental)

b- Primário completo / ginásial incompleto (até a 4ª série do ensino fundamental)

c- Ginásial completo / colegial incompleto (ensino fundamental completo)

d- Colegial completo / superior incompleto (ensino médio completo)

e- Superior completo

12. Qual a renda de sua família?

a- até 01 salário mínimo

b- de 01 a 03 salários mínimos

c- de 03 a 06 salários mínimos

d- de 06 a 10 salários mínimos

e- superior a 10 salários mínimos