

PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO CORPORAL EM ADOLESCENTES E A RELAÇÃO COM SEU ESTADO NUTRICIONAL

Aluizia Fernandes Salviano Xavier¹

Carina Leite de Araújo Oliveira²

RESUMO

Devido a influências sociais, socioculturais e da mídia, é comum que adolescentes e mulheres distorçam a percepção corporal. Com o objetivo de analisar a relação entre o estado nutricional e a percepção da autoimagem em adolescentes de uma escola pública do município de Pedra Preta, foi realizada avaliação antropométrica (Índice de Massa Corporal – IMC) para estabelecer o estado nutricional e foi utilizada escala de autoimagem proposta por Stunkard para avaliar a percepção corporal de 21 adolescentes com idade entre 10 a 16 anos, sendo 19 do sexo feminino e 2 do sexo masculino. A maioria apresentou estado de eutrofia, 1 apresentou baixo peso e 6 apresentaram excesso de peso. Distúrbios de imagem corporal podem ser o estopim para o desenvolvimento de transtornos alimentares. É necessária maior atenção a esse grupo. As evidências encontradas indicam relação entre excesso de peso e a tendência à distorção de imagem corporal.

Palavras-chave: Adolescentes. Avaliação Nutricional. Imagem Corporal. Transtornos alimentares.

PERCEPTION AND SATISFACTION WITH BODY IMAGE IN ADOLESCENTS AND CORRELATIONS WITH NUTRITION STATUS

ABSTRACT

Due to social, socio-cultural and media influences, it is common for teenagers and women distort body awareness. In order to examine the relationship between nutritional status and perception of self-image in adolescents from a public school of Black Stone County, anthropometric assessment was carried out to establish the nutritional status and was used self-image scale proposed by Stunkard to evaluate the perception body of 21 adolescents aged 10-16 years, with 19 females and 2 males. Most presented state of eutrophication, 1 had low weight and 6 were overweight. Body image disorders in be the trigger for the development of eating disorders. It is most necessary attention to this group and better. The evidence found

¹Acadêmica do Curso de Especialização em Nutrição Clínica do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: aluiziafernandes10@hotmail.com

²Professora Orientadora do Curso de Especialização em Nutrição Clínica Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN). E-mail: nutrição@unirn.edu.br

indicating relationship between overweight and the tendency to distortion of body image.

Keywords: Teenagers. Nutritiona lAssessment. Bodyimage .Eating Disorders.

1 INTRODUÇÃO

Segundo a OMS, a adolescência compreende a faixa etária de 10 a 19 anos. Trata-se de um período de transição entre infância e vida adulta, marcado por intensas modificações físicas, psicológicas e sociais (PRIORE; FARIA; FRANCESCHINI, 2010). Entre os adolescentes, a alimentação inadequada é caracterizada pelo consumo excessivo de açúcares simples e gorduras, associada à ingestão insuficiente de frutas e hortaliças, contribuindo diretamente para o ganho de peso e uma maior prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, podendo o consumo de dietas de má qualidade retardar potencialmente o crescimento e a maturação sexual nesse grupo populacional (URBANO et al., 2002; ENES; SLATER, 2010).

No Brasil verifica-se um processo de transição alimentar e nutricional, que vem ocorrendo de forma cada vez mais rápida, simultaneamente aos processos de transição demográfica e epidemiológica. É caracterizado por mudanças no padrão da dieta e atividade física que vêm refletindo em transformações na composição corporal e estatura dos indivíduos (BRASIL, 2009), sendo comprovado por dados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2008/2009, a qual constatou que a prevalência de excesso de peso no país é de 20,5% entre os adolescentes, sendo 21,5% do sexo masculino e 19,4% do sexo feminino. A prevalência da obesidade, no mesmo grupo é de 4,9% entre os meninos e 4% entre as meninas. Comparando os resultados desta pesquisa com inquéritos anteriores, observa-se um aumento na prevalência do excesso de peso em ambos os sexos (BRASIL, 2010).

Diante desse crescimento do excesso de peso em adolescentes, a imagem corporal torna-se um componente importante nessa faixa etária, sendo um complexo mecanismo de identidade pessoal, definida como “a figura mental que temos das medidas, dos contornos e da forma de nosso corpo; associada aos sentimentos concernentes a essas características. O componente subjetivo da imagem corporal se refere à satisfação de uma pessoa com seu tamanho corporal ou partes

específicas de seu corpo. Assim, a imagem corporal parece ser uma marca feminina, sobretudo na adolescência, quando o corpo estabelece seu formato. Como os meninos não sofrem tanta pressão social apresentam uma melhor aceitação (GRAHAM et al., 2000).

O ambiente sociocultural influenciado pela mídia parece ser uma das condições determinantes para o desenvolvimento de distorções e distúrbios subjetivos da imagem corporal. (HEINBERG, 1996). Devido às influências estabelecidas quanto ao ideal de corpo, pesquisas atestam o conflito entre o ideal de beleza prescrito pela sociedade atual e o somatotipo da maioria da população, além da pressão que representa tal modelo (CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005).

Sendo assim, o objetivo deste estudo foi analisar a relação entre o estado nutricional e a percepção da autoimagem em adolescentes de uma escola do município de Pedra Preta.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo foi realizado durante o mês de Julho de 2015. A amostra foi composta por 21 adolescentes, com idade entre 10 e 16 anos, matriculados numa escola pública localizada no município de Pedra Preta/RN. Foram incluídos na pesquisa os adolescentes que devolveram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) assinado pelos pais ou responsáveis, dando consentimento para a realização do estudo.

Para avaliação do estado nutricional, a coleta dos dados antropométricos (Peso e altura) foi realizada com o auxílio de uma balança digital de marca Tech Line®, com capacidade de 150 kg e precisão de 0,1 kg. Os adolescentes foram posicionados ao centro da balança, descalços, com o mínimo de roupa possível, eretos e com os braços estendidos ao longo do corpo (BRASIL, 2011). A estatura foi mensurada a partir de um estadiômetro vertical da marca Tonelli®, com capacidade de 2,20 metros e precisão de 1mm. Os indivíduos foram posicionados no centro do equipamento, sem adereços na cabeça, com os braços estendidos ao longo do corpo, a cabeça erguida, o olhar ao horizonte e com os calcanhares, panturrilhas, nádegas, ombros e cabeça encostados no equipamento (BRASIL, 2011).

Após obtenção do peso e altura, o IMC foi calculado (kg/m^2) e os valores encontrados foram classificados de acordo com curvas de IMC por idade dos 5 aos 19 anos propostas pela OMS (2007).

A percepção de autoimagem foi avaliada através da escala de Stunkard (1983) onde os participantes da pesquisa deveriam assinalar qual das figuras mais representava o seu tipo físico, e posteriormente esta escala foi relacionada ao real estado nutricional do participante.

A escala de figuras de silhuetas consiste num conjunto de nove silhuetas de cada gênero, apresentadas em cartões individuais, com variações progressivas na escala de medida, da figura mais magra à mais larga, com IMC médio variando entre 17,5 e 37,5 kg/m^2 , onde são estabelecidas quatro categorias: baixo peso (1), eutrofia (2 a 5), sobrepeso (6 e 7), e obesidade (8 e 9).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A casuística foi composta por 21 adolescentes, com idade entre 10 a 18 anos, sendo 19 do sexo feminino e 2 do sexo masculino.

A tabela 1 expressa os valores médios do IMC, no qual é possível observar que os valores aferidos foram superiores no sexo feminino.

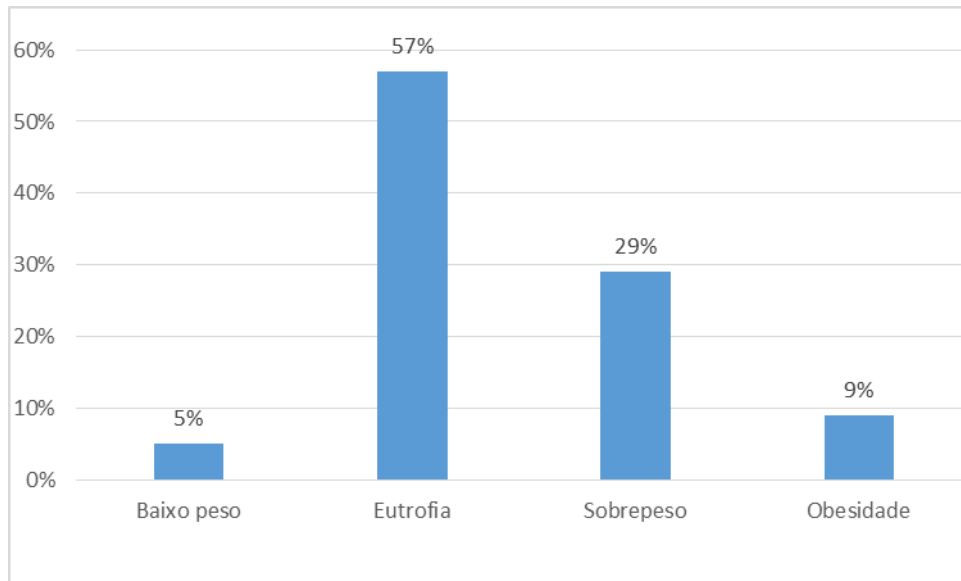
Tabela 1 – Média de IMC, por gênero.

| | Feminino | Masculino |
|-----|----------|-----------|
| IMC | 20,35 | 16,08 |

Fonte: Pesquisa de campo, 2015.

Em relação ao IMC (gráfico 1), 57% dos adolescentes apresentaram alterações demonstrando que a maioria apresentou estado de eutrofia ($n=12$), 5% apresentou baixo peso ($n=1$) 29% apresentaram excesso de peso ($n=6$) e 9% apresentaram obesidade ($n=2$). Resultados semelhantes foram apontados em estudo realizado por Lazareth e colaboradores (2010) com adolescentes atletas, onde 27,4% apresentaram IMC alterado, sendo 07 com baixo peso, 50 com sobrepeso e 17 obesos.

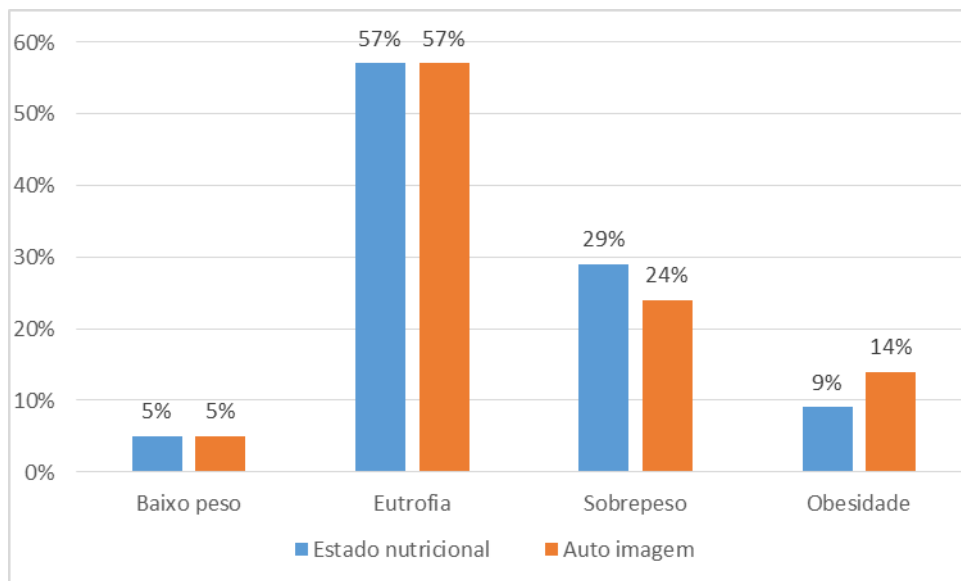
Gráfico 1 – Estado Nutricional dos adolescentes de uma escola publica em Pedra Preta, 2015.



Fonte: Pesquisa de campo, 2015.

A distorção da autoimagem ocorreu em 6 casos o que corresponde a 28,57% do total de adolescentes participantes da pesquisa. O gráfico 2 mostra que a distorção da auto imagem ocorreu apenas nos adolescentes do sexo feminino e com o estado nutricional de eutrofia e sobrepeso .

Gráfico 2 – Média do Estado Nutricional e autoimagem dos adolescentes de uma escola publica em Pedra Preta, 2015



Fonte: Pesquisa de campo, 2015.

Verificou-se que a percepção foi mais comprometida nas meninas do que nos meninos. Dois adolescentes em eutrofia, (9,52%) perceberam-se com algum excesso de peso, e das 4 que apresentaram sobrepeso (19,04%) se perceberam obesas. A imagem corporal parece ser uma marca feminina, sobretudo na adolescência, quando o corpo estabelece seu formato. Como os meninos não sofrem tanta pressão social apresentam uma melhor aceitação.

Os dados encontrados de distorção corporal são semelhantes aos de outros estudos, como o estudo realizado por Kravchychyn, Silva e Machado (2013), com atletas do sexo feminino onde 24,4% das atletas apresentaram distorção da autoimagem corporal havendo associação entre sobrepeso e a presença de distorção.

Em resultados encontrados por Branco e Hilário (2013), quanto à satisfação com a imagem corporal, as meninas tenderam a apresentar maior insatisfação do que os meninos. Em outro estudo realizado com adolescentes, Conti, Gambardela e Frutuoso (2011), utilizaram uma escala de silhuetas e realizaram comparação entre a silhueta desejada pelos adolescentes e a silhueta que estes consideravam a silhueta atual. Verificou-se que as moças apresentam maior insatisfação e tendem a querer ter uma silhueta menor que a sua silhueta atual.

Já nos resultados encontrados por Coutinho e colaboradores (2012) a aplicação da escala de silhuetas de Stunkard indicou que as maiorias dos adolescentes consideraram-se eutróficos. Entre as meninas, 36,4% das que apresentaram IMC de sobrepeso/obesidade e 11,9% com IMC de eutrofia, consideraram-se erroneamente com baixo peso. Cabe destacar que mais da metade dos meninos e meninas eutróficos se perceberam corretamente na Escala de Stunkard.

As principais limitações apontadas nesta investigação referem-se ao método utilizado para investigação da imagem corporal e o não controle maturacional da amostra. A avaliação da percepção da imagem corporal pelo método de silhuetas é um modelo clássico de pesquisa e permite diferentes possibilidades de análises e aplicações estatísticas e vem sendo utilizado em inúmeros estudos em diversos países. No entanto, por tratar-se de uma figura bidimensional em preto e branco e que não apresenta versões para diferentes faixas etárias pode limitar uma identificação mais apurada da percepção da imagem corporal. Outro aspecto importante apontado pela literatura é que a insatisfação com a imagem corporal

pode perdurar por toda a vida, considerando que os resultados de pesquisas envolvendo adultos são semelhantes ao encontrados com crianças e adolescentes (DAMASCENO et al., 2005).

5 CONCLUSÃO

Diante dos dados apresentados observa-se que as ações educativas alimentares e nutricionais voltadas para a conscientização dos jovens com relação às práticas alimentares saudáveis são primordiais nessa faixa etária, sendo estas eficazes em ampliar o conhecimento nutricional dos adolescentes e promover mudanças importantes relacionadas ao comportamento alimentar dos alunos.

O melhor conhecimento de nutrição pode repercutir de forma positiva na alimentação do indivíduo, fazendo-o repensar sua alimentação e assim capacitando-o a realizar escolhas mais saudáveis que poderão implicar em melhoria do seu estado nutricional.

REFERÊNCIAS

ABESO. **Curvas de crescimento OMS**. 2007. Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/noticias>>. Acesso em: 11 set. 2015.

BRANCO, L. M.; HILÁRIO, M. O. E. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Rev. psiquiatr. clín.** v. 33, n.6, São Paulo, 2013.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Indicadores de Vigilância Alimentar e Nutricional**: Brasil 2006. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

Brasil. Ministério da Saúde; Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica - Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição. **Orientações para a Coleta e Análise de Dados Antropométricos em Serviços de Saúde**. Brasília. 2011.

CAMOSSA, A.C.C. et al. Educação Nutricional: uma área em desenvolvimento. **Alimentos e Nutrição Araraquara**, v.16, n.4, p. 349-354, out./dez. 2005.

CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Rev Nutr.**, v.18, n. 4, p. 491-497, 2005.

COUTINHO, V.F. et al. Relação do estado nutricional com a percepção e a satisfação da imagem corporal de adolescentes inseridos em programa de inclusão social em Porto Alegre, RS. **Revista EFDeportes**, Buenos Aires, v. 15, n. 166, 2012.

DAMASCENO, V.O. et al. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v.11, n.3, p.181-186, 2005.

ENES, C.C; SLATER, B. Obesidade na adolescência e seus principais determinantes. **Rev Bras Epidemio**, São Paulo, v. 13, n.1, p. 163-71, 2010.

GARDNER, R. M. Methodological issues in assessment of the perceptual component of body image disturbance. **Br J Psychol.**, v. 87, Pt 2, p. 327-337, 2006.

GRAHAM, M.A. et al. **Relationship among body image, sex and popularity of high school students**. *PerceptMotSkills*, v. 90, p. 1187-1193, 2000.

HEINBERG, L. J. Theories of body image disturbance: perceptual, developmental and sociocultural factor. In: THOMPSON, J. K. (ed.). **Body image, eating disorders, and obesity: an integrative guide for assessment and treatment**. Washington (DC): American Psychological Association, 1996. p. 27-48.

KRAVCHYCHYN, A.C.P.; SILVA, D.F.; MACHADO, F.A. Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção de autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de modalidades coletivas do gênero feminino. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 9, n. 52, p.350-356. jul./ago. 2015.

LAZARETH, R.A. et al. Perfil antropométrico, metabólico e hemodinâmico de atletas adolescentes de 14 a 19 anos de idade. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 4, n. 20, p. 173-181, 2010.

PRIORE, S. E; FARIA F. R.; FRANCESCHINI, S. do C. C.. Adolescência. In: PRIORE, S.E. et al. (Org.). **Nutrição e Saúde na Adolescência**. Rio de Janeiro: Rubio, 2010. p.1-4.

URBANO, Marcia R. D. et al. Ferro, cobre e zinco em adolescentes no estirão pubertário. **Jornal de Pediatria**: Sociedade Brasileira de Pediatria. São Paulo, p. 327-334. 08 maio 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v78n4/v78n4a13.pdf>>. Acesso em: 1 set. 2015.