



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

GISELE GONÇALVES DE BARROS

**INSATISFAÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES ESCOLARES: Revisão
Sistemática**

**JUAZEIRO DO NORTE
2020**

GISELE GONÇALVES DE BARROS

**INSATISFAÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES ESCOLARES: Revisão
Sistemática**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física, Artigo Científico.

Orientador: Prof. Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra

JUAZEIRO DO NORTE
2020

GISELE GONÇALVES DE BARROS

**INSATISFAÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES ESCOLARES: Revisão
Sistemática**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Esp. Marcos Antônio Araújo Bezerra
Orientador

Prof^a Esp. Cicero Rodrigo da Silva
Examinador

Prof^a Cícero Idelvan de Moraes
Examinador

JUAZEIRO DO NORTE
2020

Dedico esse trabalho a Deus e a toda minha família, base de todas as coisas, por todo incentivo e apoio na construção desse projeto, pelo carinho e amor.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente gostaria de agradecer a DEUS, que sempre foi meu porto seguro na minha caminhada, a minha família, minha mãe Gerusa (in memoriam), que mesmo ausente há 6 anos, foi a maior incentivadora da minha vida estudantil. Agradeço-lhe imensamente por ter plantado em mim a semente que me impulsiona a ir cada vez mais adiante, ao meu pai, Arivan por todo apoio, incentivo e amor. A minha tia Cinthia pela presença, apoio, ideias, pela paciência e pelo incentivo. Agradeço ao professor Marcos Antônio, meu orientador, por toda a sua dedicação, orientação e acolhimento. Aos meus colegas e amigos que trilharam comigo toda esta jornada, um abraço especial, vocês estarão sempre em meu coração. Enfim, obrigado a todos aqueles que estiveram próximos, apoiando e incentivando durante toda esta jornada.

INSATISFAÇÃO CORPORAL DE ADOLESCENTES ESCOLARES: Revisão sistemática

¹ Gisele Gonçalves de BARROS;
² Marcos Antônio Araújo BEZERRA;

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física-UNILEÃO, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física-UNILEÃO, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

Na adolescência o corpo passa por mudanças físicas, psicológicas, biológicas com mudanças sociais resultando em conceitos de si mesmo e de sua composição corporal. A insatisfação e a desvalorização de si na questão físico traz distúrbios para a vida de uma pessoa, por conta da adoção de atitudes que visam a mudança do estado. O objetivo desse estudo foi analisar metodologicamente as pesquisas publicadas sobre a avaliação da satisfação corporal de adolescentes escolares. Trata-se uma revisão sistemática da literatura, cuja metodologia baseou-se em investigações anteriores e em recomendações sobre o tema, realizaram-se buscas nas bases Scielo e no Lilacs, utilizando os descritores imagem corporal e adolescentes, combinados a partir do operador booleano “OR”, totalizando assim 5 artigos como amostra final da presente pesquisa. Foi possível concluir que houve maiores índices de insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino por estarem acima do peso, o que pode estar relacionado a não realização de atividades físicas e não adoção de hábitos saudáveis, os dados do estudo justificam a importância de tratar e prevenir os distúrbios de imagem corporal, para ajudar a alcançar os padrões alimentares mais saudáveis.

Palavras-chave: Imagem corporal. Adolescentes. Insatisfação Corporal.

ABSTRACT

In adolescence, the body undergoes physical, psychological, biological changes with social changes resulting in concepts of itself and its body composition. Dissatisfaction and devaluation of oneself in the physical issue brings disturbances to a person's life, due to the adoption of attitudes aimed at changing the state. The aim of this study was to methodologically analyze the published research on the assessment of body satisfaction in school adolescents. This is a systematic review of the literature, the methodology of which was based on previous investigations and recommendations on the topic, searches ge and adolescents, combined from the Boolean operator “OR”, thus totaling 5 articles as the final sample of this research. It was possible to conclude that there were higher rates of body dissatisfaction in female adolescents for being overweight, which may be related to not performing physical activities and not adopting healthy habits, the study data justify the importance of treating and preventing body image disorders, to help achieve healthier eating patterns

Key words: Body image. Teens. Body dissatisfaction.

INTRODUÇÃO

O corpo passa por mudanças físicas, psicológicas, biológicas, iniciando ai adolescência, por volta dos 10 anos de idade, período esse de muitas transformações nas percepções de cada indivíduo, resultando em conceitos de si mesmo, de sua composição corporal, de como se enxerga principalmente se comparando com outras pessoas (AINETT, COSTA E SÁ, 2017). (PETROSKI et al 2012).

Taborda et al. (2014), relatam quando estudam adolescentes com idades entre 13 e 18 anos, que as transformações biológicas representam eventos importantes nos processos de formação do indivíduo e desenvolvimento humano, pois essas transformações ocorrem a nível físico em razão das alterações hormonais como também alterações e no cérebro ganhando proximidade com a mente adulta.

O de peso acima do padrão de beleza gera preocupações e pressões sociais durante toda a vida, na adolescência essas influencias só aumentam (MARTINS E PETROSKI, 2015). As pesquisas de monitoramento da saúde, mostram que nos últimos anos há uma tendência no aumento de peso e crescimento da obesidade, e adolescentes demostram preocupação com o corpo quando 80% indicam importante ou muito importante a imagem corporal que apresentação, entretanto esses indivíduos não procuram as formas e os meios saudáveis para atingir o objetivo é mudar a sua realidade (MARTINI et al., 2020).

De acordo com as afirmações de Guimarães et al. (2020), onde falam sobre a percepção do corpo, a imagem real e os desejos futuros, podemos entender os conceitos de insatisfação ou descontentamento com o corpo ou com imagem corporal quando se é distorcido o que se enxerga do seu corpo naquele momento tendo parâmetro as comparações com os objetivos que tanto deseja e almeja, e dessa forma passa a enxergar a imagem corporal atual de forma negativa.

A insatisfação e a desvalorização de si na questão físico traz distúrbios para a vida de uma pessoa, por conta da adoção de atitudes que visam a mudança do estado, podemos citar a alimentação como umas das primeiras atingidas, quando se pratica dietas restritivas (VIANA, 2014). Neste sentido o processo de perca de peso ocorre uma baixa de sua autoestima, procurando acentuar os resultados pode

ocorrer o uso de medicamentos sem prescrição médica assim como adotar práticas de exercícios com execuções incorretas, resultando de forma global distúrbios psicológicos e sociais. Portanto gera-se prejuízos não só físicos como psíquicos (IEPSEN e SILVA, 2014).

Jovens estudantes podem sofrer frequentemente com a insatisfação corporal. Na zona urbana do município de Irati estado do Paraná, os alunos quando estudados, demonstraram em sua maioria (70,9%) para insatisfação o que enxergam de seu corpo e dentre elas a grande maioria (75,5%) sentem vontade de reduzir o peso atual (SANTOS et al., 2014).

Aliás esse desejo está sempre presente na maioria dos indivíduos, independentemente de sua classificação no IMC (Índice de Massa Corporal) (LIMA et al.2018). Nessa população estudada por Santos e colaboradores foi encontrado uma insuficiência ativa de 36,5% junto de um baixo peso de 42,4%. Neste estudo, apesar da alta prevalência, não houve relação entre a atividade física com a auto avaliação corporal (SANTOS et al., 2014).

O interesse em estudar este tema surgiu e foi aumentando de proporções durante atividades no campo de estágio em escolas, os relatos dos alunos quando faziam comentários sobre si, levantavam suspeitas em direção a insatisfação com a imagem corporal. A relevância do estudo se dá quando há uma necessidade de abordar esse tem, para que possa despertar os profissionais responsáveis para a criação de novas estratégias, projetos e intervenções para tratar deste tema com os alunos, gerando informação e saúde. Portanto o objetivo desse estudo foi analisar metodologicamente as pesquisas publicadas sobre a avaliação da satisfação corporal de adolescentes.

MÉTODOS

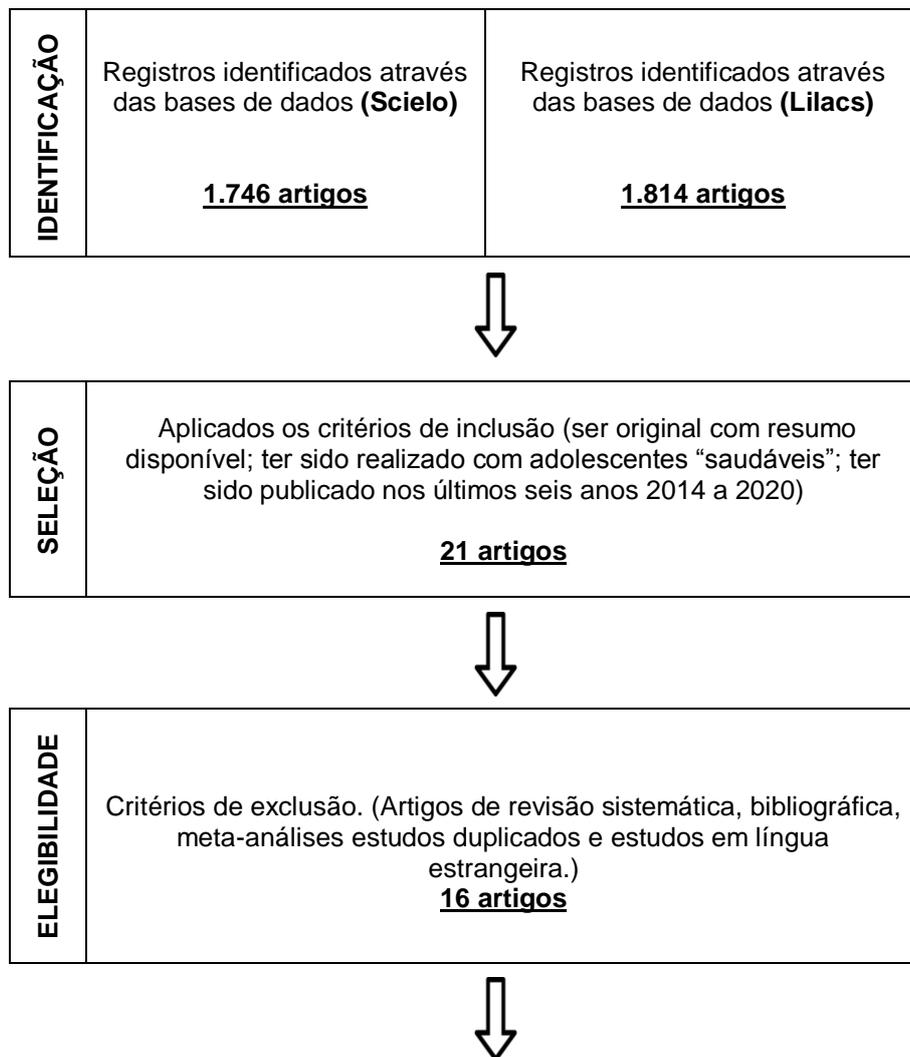
Trata-se uma revisão sistemática da literatura, cuja metodologia baseou-se em investigações anteriores e em recomendações sobre o tema, realizaram-se buscas na base Scielo e no Lilacs, utilizando os descritores imagem corporal e adolescentes, combinados a partir do operador booleano “OR”.

Logo em seguidas foram aplicados os seguintes critérios de inclusão: ser original com resumo disponível; ter sido realizado com adolescentes “saudáveis”; ter

tido publicado nos últimos seis anos (2014 a 2020). Foram excluídos artigos de revisão sistemática, bibliográfica, meta-análises estudos duplicados e estudos em língua estrangeira.

Foram encontrados a partir das bases de dados eletrônicas (n=3560) artigos, sendo (n=1746) artigos na plataforma SCIELO, e (n=1814) artigos na plataforma LILACS. Quando aplicado o critério de inclusão restaram 21 artigos, por fim foram excluídos 16 artigos de acordo com os critérios de exclusão, totalizando assim 5 artigos como amostra final da presente pesquisa. (Fluxograma 1).

Fluxograma 1 – Seleção dos estudos



INCLUSÃO

Selecionados da região nordeste.

5 artigos

Tabela 2 - Síntese dos estudos das prevalências de insatisfação corporal de escolares

Autores/Ano	Local	Tipo de estudo	Seleção	Amostra	Faixa etária	Instrumentos	Insatisfação corporal
Bandeira et.al (2016)	Fortaleza	Transversal	Conglomerado	300	17-24 anos	BSQ	47,0%
Oliveira et.al (2017)	Bahia	Transversal	Conglomerado	51	10 a 18 anos	BSQ	23,56%
Guimarães et.al (2020)	Bahia	Transversal	Conglomerado	1.582	15 a 24 anos	Escala de figura de silhuetas	79,5%
Alves et.al (2017)	Fortaleza	Transversal	Conglomerado	393	14 a 18 anos	Escala de silhuetas de Stunkard	65,4%
Ribeiro-Silva et.al (2018)	Salvador	Transversal	Conglomerado	1.496	14 a 18 anos	QIC	19,5%

Fonte: Própria autora, 2020

Legenda: BSQ: Body shape questionnaire Body shape questionnaire; QIC: Questionário de imagem corporal

Este estudo teve como objetivo revisar a literatura sobre a insatisfação corporal em adolescentes escolares. Na Tabela 1, apresenta-se a síntese dos resultados de estudos efetuados em várias cidades do Brasil, no período de 2015 a 2019, de forma a contribuir com informações relevantes ao tema. A maior parte desses trabalhos foi realizada nas Regiões Nordeste e Sudeste. Trata-se de estudos de delineamento transversal, realizados com amostras que variaram de 91 a 74.589 adolescentes com idade entre 10 e 19 anos.

O estudo de Bandeira et.al (2016), teve como objetivo avaliar a imagem corporal e identificar os mais diversos tipos de distorção da imagem corporal, foi realizado na cidade de Fortaleza, com 300 universitárias do curso de Nutrição, utilizou-se como instrumento de pesquisa o Body shape Questionnaire (BSQ), instrumento este que avalia o grau de insatisfação com a imagem corporal, além de coletar peso e estatura das alunas para que seja feito o cálculo do IMC.

Encontrou-se os seguintes achados, a maioria das estavam eutróficas (75,3%), uma média geral de IMC de 22,90 kg/m² que é classificado como adequado para corpo e peso ideal. O BSQ mostrou que a média do escore foi de 81,43 pontos, sendo assim classificado com insatisfação leve.

Das universitárias estudadas 47% relataram insatisfação corporal em algum grau, Bandeira et.al concluíram que seus achados corroboram com os trabalhos anteriores, quando afirmam que distúrbios na auto imagem podem ser encontrados em indivíduos eutróficos que não possuem má alimentação, se enxergando com o peso fora do real. Os autores destacaram que o fato da amostra serem estudantes de nutrição, se torna mais expressivo, considerando a função profissional que iram desempenhar.

O estudo de Oliveira et.al (2017) teve como objetivo identificar uma percepção de adolescentes sobre autoimagem corporal, realizado na cidade de Guanambi, na Bahia, com 143 escolares do sexo feminino, faixa etária de 10 a 18 anos, utiliza-se apenas o Body shape Questionnaire (BSQ) como ferramenta para coleta de dados e encontrou-se os seguintes itens, 84,31% cursavam o 6º ano do ensino fundamental e 68,63% se declararam não católicas.

Existiu predominância positiva em todos os fatores. Na dimensão “auto percepção da forma do corpo” por exemplo, 76,47% responderam nunca/raramente/às vezes para se estavam tão preocupadas com seu físico a ponto de sentirem que deveriam fazer dieta. Na dimensão “percepção da imagem corporal

comparativa” por exemplo, 74,51% responderam afirmaram nunca/raramente/às vezes para se olham o físico de outras mulheres e, se comparando, se sentiram em inferiores.

Na dimensão “atitude em relação à alteração da imagem corporal”, 84,31% afirmaram nunca/raramente/às vezes que por se sentir mal com o corpo, deixaram de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas). Na dimensão “grave alteração na percepção corporal”, perguntadas sobre a corrida se a evitaram porque seu corpo poderia balançar, 92,16% responderam nunca/raramente/às vezes.

O tempo e o período letivo foram pontos limitantes desta pesquisa, o que impossibilitou a coleta de dados antropométricos e são característicos nesse tipo de estudo. Temos como conclusão os pontos como a percepção das alunas a sua auto imagem, conhecimento do estilo e hábito de vida, vem a contribuir com a comunidade por se tratar de aspecto, dentro da Saúde Pública, importante.

O estudo de Guimaraes et.al (2020), teve como objetivo analisar a associação entre o consumo excessivo de álcool e a insatisfação com a imagem corporal de adolescentes e jovens que residem em na quarta cidade baiana mais populosa (Camaçari), com 1.582 escolares, predominaram as mulheres (57,4%), faixa etária de 15 a 19 anos (56,8%) e não brancas (89,9%).

Utilizou-se como instrumento de pesquisa o AUDIT (Teste de Identificação de Desordem de Uso de Álcool) desenvolvido pela OMS para o consumo excessivo de álcool. Uma escala de figura de silhueta para uma insatisfação com a imagem corporal. Encontrou-se os seguintes resultados: grau elevado de insatisfação corporal com porcentagem de 79,5% dos participantes e uma excessiva ingesta de bebida alcoólica (21,9%). Tendo uma conclusão de que as hipóteses sendo refutadas pois a o consumo de álcool em excessivo está relacionada a questões religiosas, composição familiar, a idade, estado civil e desemprego.

O estudo de Alves et.al (2017), teve como objetivo: investigar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em mulheres com idade entre 14 e 18 anos e sua associação com o estado nutricional, idade e atividade física, sua amostra final foi de 393 escolares militares. Para tanto utilizou-se o instrumento escala de silhuetas de Stunkard para a percepção da insatisfação corporal.

O estado nutricional foi obtido pela aferição do peso e estatura e após sendo calculado o índice de massa corporal (IMC). A variável relacionada a faixa etária e a

atividade física foi obtida por meio de questionário, onde a estudando relatou as duas informações.

Encontrou-se os seguintes achados: 62,6% das meninas assinalaram praticar atividade física, 63,4% indicaram estar com peso adequado e 65,4% alegaram insatisfação com a imagem corporal, tendo uma conclusão que os resultados obtidos são sustentação aos estudos anteriores quando a maiorias das mulheres estudadas estão insatisfeitas com seu corpo, mesmo praticando atividades físicas e estando com o peso dentro do considerado ideal. A variável idade e a pratica de atividade física tiveram associação com imagem corporal.

Ribeiro-Silva et.al (2017), tiveram como objetivo relacionar a insatisfação com a imagem corporal junto dos padrões de alimentação com base no estado antropométrico em estudantes de ambos os sexos, com amostra final de 1.496 alunos de Salvador, Bahia. Utilizou-se como instrumentos o questionário de frequência alimentar (QFA), o questionário de imagem corporal (QIC), balança digital e estadiômetro portátil e registros escolares.

Encontrou-se os seguintes achados: alunas do sexo feminino foram maioria (57,1%), maioria com peso classificado como normal (77,2%), foi encontrada numa minoria (19,5%) dos adolescentes insatisfação com a imagem corporal. Tendo uma conclusão de que os dados do estudo, justificam a importância de tratar e prevenir os distúrbios de imagem corporal, para ajudar a alcançar os padrões alimentares mais saudáveis.

Embora vários estudos tenham realizados pesquisas com esses moldes, limitações importantes devem ser citadas como pesquisar apenas o sexo feminino como foi o caso de Bandeira et.al (2016); Oliveira et.al (2017) e Alves et.al (2017), estudos como Guimaraes et.al (2020) evidenciam em homens entre 15 e 24 anos, 75,1% de insatisfação com a imagem corporal o que sugere que a preocupação para esse distúrbio não dever ser direcionado apenas um sexo.

A não utilização de instrumentos adicionais para a mesma variável como Bandeira et.al (2016); Oliveira et.al (2017) e Ribeiro-Silva et.al(2017) utilizaram o Questionário de Imagem Corporal (QIC), e Alves et.al (2017) e Guimaraes et.al (2020) utilizaram a Escala de Figuras de Silhuetas (EFS) como únicas saídas para identificar a Insatisfação com a Imagem Corporal (IIC), o que poderia aumentar a assertividade da variável, caso fosse utilizadas as duas juntas.

Para a variável relacionado ao estado nutricional ou a condição corporal os estudos utilizaram o Índice de Massa Corporal (IMC) o que é um instrumento sugerido e de fácil manuseio para obtenção das medidas de estatura e massa corporal apesar de não fornecer informações precisas sobre a composição corporal, incluindo dessa forma como uma limitação do estudo. (BANDEIRA et al., 2016). A natureza transversal dos estudos também é uma limitação que deve ser mencionada, pois acaba não considerando a sequência temporal dos eventos, e assim não determinando a causalidade, contudo estudos longitudinais podem fornecer um melhor entendimento para este tema.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos apontam maiores índices de insatisfação corporal em adolescentes do sexo feminino, com maior ocorrência da insatisfação por excesso de peso, quanto ao sexo masculino a insatisfação corporal teve sua maior ocorrência relacionada ao desejo de ganho de peso. O presente estudo se torna relevante pela relevância da temática fazendo com que os profissionais criem novas estratégias, projetos e intervenções para tratar deste tema com os alunos, gerando informação e saúde.

Apresenta-se como limitações o fato que a maioria das pesquisas terem sido realizada apenas com o sexo feminino e a não utilização de instrumentos adicionais para a mesma variável, dessa forma impossibilitando um resultado que inclua todos os adolescentes escolares. Haja vista que a autoimagem corporal pode trazer sérios prejuízos para o adolescente, dentre eles distúrbios de ordem mental, torna-se necessário uma reformulação ou criação de políticas de saúde e educação voltadas para a importância da realização de atividade física regular, hábitos saudáveis e para o psicológico dos adolescentes de forma que não sejam tão influenciados pelos meios de comunicação em massa.

REFERENCIAS

AINETT, Waléria do Socorro de Oliveira. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. **Revista Brasileira de Obesidade, nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 11, n. 62, p. 1-11, abr. 2017.

ALVES, Felipe Rocha et al. Imagem corporal e fatores associados em meninas de escolas militares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [s.l.], v. 30, n. 4, p. 1-7, 6 dez. 2017. Fundacao Edson Queiroz.
<http://dx.doi.org/10.5020/18061230.2017.6082>.

BANDEIRA, Yngrid Emanuely Rodrigues et al. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Fortaleza, v. 2, n. 65, p. 1-6, mar. 2016.

GUIMARÃES, Bárbara Emanuely de Brito et al. O consumo excessivo de álcool e a insatisfação com a imagem corporal por adolescentes e jovens de um município baiano, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, [s.l.], v. 36, n. 1, p.1-15, 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x044919>.

IEPSEN, Alice Meyer; SILVA, Marcelo Cozzensa da. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [s.l.], v. 23, n. 2, p.317-325, jun. 2014. Instituto Evandro Chagas. <http://dx.doi.org/10.5123/s1679-49742014000200013>.

LIMA, Flávia Évelin Bandeira et al. insatisfação corporal e percepção da imagem corporal em adolescentes de piraju-sp. **Revista Biomotriz**, Piraju, v. 12, n. 1, p. 1-18, abr. 2018.

MARTINI, Mariana Contiero San et al. Insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes: estudo de base populacional no município de campinas, são paulo, brasil. : estudo de base populacional no município de Campinas, São Paulo, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 25, n. 3, p. 967-975, mar. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020253.17992018>.

MARTINS, Cilene Rebolho; PETROSKI, Edio Luiz. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino de uma cidade de pequeno porte: prevalência e correlações. : prevalência e correlações. **Motricidade**, [s.l.], v. 11, n. 2, p. 1-13, 25 jul. 2015. Desafio Singular, Lda.
<http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.3670>.

OLIVEIRA, Daniela Sousa et al. Percepção de adolescentes de uma escola municipal acerca da autoimagem corporal. **Revista Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, Guanambi, v. 2, n. 15, p. 1-6, fev. 2017.

PETROSK, Edio Luiz et al. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Revista de Ciência e Saúde Coletiva**, Londrina, v. 4, n. 17, p. 1-7, jul. 2012.

RIBEIRO-SILVA, Rita de Cássia et al. Body image dissatisfaction and dietary patterns according to nutritional status in adolescents. **Jornal de Pediatria**, [s.l.], v. 94, n. 2, p. 155-161, mar. 2018. Elsevier BV.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jped.2017.05.005>.

SANTOS, João Francisco Severo et al. Relação entre Insatisfação Corporal e Atividade Física em Adolescentes da Zona Urbana de Irati-PR. **Revista da Educação Física/uem**, [s.l.], v. 25, n. 2, p.1-9, 30 jul. 2014. Universidade Estadual de Maringá. <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfis.v25i2.21991>.

TABORDA, Joseane Adriana et al. Consequências da gravidez na adolescência para as meninas considerando-se as diferenças socioeconômicas entre elas. **Cadernos Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 22, n. 1, p. 16-24, mar. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x201400010004>.

VIANA, Daniela Swelem de Oliveira. **Análise nutricional das dietas da moda**. 2014. 29 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2014.