

PERCEÇÃO DA AUTOIMAGEM EM UNIVERSITÁRIOS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA

PERCEPTION OF SELF-IMAGE IN NUTRITION AND PHYSICAL EDUCATION UNIVERSITY STUDENTS

Stephany Ramos Correia¹
Polyana Romano Oliosá²

RESUMO:

A insatisfação corporal é um problema que pode afetar principalmente os universitários de nutrição e educação física, que são mais suscetíveis a buscar o padrão de beleza atual. Trata-se de um estudo transversal de abordagem quantitativa, proveniente de amostra de conveniência e voluntária, onde foi aplicado um questionário sobre estilo de vida (prática de esportes, consumo de álcool e tabaco) e variáveis sociodemográficas a 16 universitários do curso de educação física e 6 do curso de nutrição, todos de uma instituição privada em Vitória-ES. Para avaliar a percepção da imagem corporal foi aplicado o Body Shape Questionnaire e a Silhouette Matching Task (SMT). O resultado mostra uma diferença importante na percepção corporal entre os participantes do sexo feminino e masculino, onde as mulheres apresentaram maior prevalência de insatisfação moderada e grave com a autoimagem (22,72% e 13,64%, respectivamente), enquanto os homens mostraram maior proporção de ausência de insatisfação (36,36%). Conclui-se que a maioria dos estudantes de Nutrição e Educação Física apresentaram ausência de insatisfação, ou seja, a amostra investigada apresenta uma boa percepção da autoimagem corporal. Porém, pode-se destacar maior vulnerabilidade entre o sexo feminino e entre participantes com medidas corporais acima dos valores de referência.

Palavras-chave: Insatisfação corporal; Universitários; Autoimagem.

ABSTRACT:

Body dissatisfaction is a problem that can primarily affect university students in Nutrition and Physical Education, who tend to be more susceptible to pursuing the current beauty standards. This is a cross-sectional study with a quantitative approach, based on a convenience and voluntary sample, in which a questionnaire on lifestyle (sports practice, alcohol and tobacco consumption) and sociodemographic variables was applied to 16 Physical Education students and 6 Nutrition students, all from a private institution in Vitória, ES, Brazil. To assess body image perception, the Body Shape Questionnaire (BSQ) and the Silhouette Matching Task (SMT) were used. The results revealed a significant difference in body perception between male and female participants, with women showing a higher prevalence of moderate and severe dissatisfaction with their self-image (22.72% and 13.64%, respectively), while men presented a higher proportion of absence of dissatisfaction (36.36%). It is concluded that the majority of Nutrition and Physical Education students showed a lack of dissatisfaction, that is, the sample investigated has a good perception of body self-image. However, greater vulnerability can be highlighted among females and among participants with body measurements above reference values.

Keywords: Body dissatisfaction; University students; Self-image.

¹ UniSales. Vitória-ES. Brasil. stephanyramoscorreia472@gmail.com.

² UniSales. Vitória-ES. Brasil. polyana.oliosa@souunisales.com.br.

1. INTRODUÇÃO

A imagem corporal (IC) é uma representação mental estável, multifacetada sobre o tamanho e aparência do próprio corpo e de sua experiência emocional, de acordo com os fatores psicológicos, sociais e comportamentais, sendo assim, está em constante alteração. A satisfação com a própria imagem corporal é entendida como a apreciação dos indivíduos pelo seu peso e estrutura corporal. Já a insatisfação ocorre quando a imagem percebida de si mesmo não é compatível com aquela idealizada, gerando problemas como, ansiedade, depressão, podendo afetar tanto os homens quanto as mulheres (ALBUQUERQUE, *et al.* 2021).

Atualmente, a busca pelo corpo perfeito é uma preocupação de grande parte da população, e a aceitação da própria imagem sofre influência direta da sociedade, da mídia, dos amigos e da família. A constante exposição a padrões irreais de beleza contribui para a insatisfação com o próprio corpo (ALVES, *et al.* 2020). A insatisfação corporal é um sentimento de descontentamento com a própria aparência, caracterizado pela diferença entre a percepção do corpo atual e o considerado ideal pela sociedade em que o indivíduo está inserido (SILVA, *et al.* 2019).

A insatisfação corporal é um problema que pode afetar principalmente os universitários de nutrição e educação física, que são mais suscetíveis a buscar o padrão de beleza atual. Acredita-se que pela pressão social em relação a uma boa forma física, e até mesmo estar associada a capacidade profissional, já que esses estudantes estão se preparando para atuar em áreas diretamente ligadas à saúde, ao corpo e ao bem-estar (GRIEGER E BOTELHO-FRANCISCO, 2019).

A preocupação com a IC independente do sexo tem sido correlacionado com alguns aspectos como, a idade, obesidade e alguns sintomas psicológicos. As pesquisas realizadas por (TRICHES E BEAL, 2018; LEÓN, GONZÁLEZ MARTÍ E CONTRERAS-JORDÁN, 2021) com crianças, (ANDRADE, *et al.* 2019) com adolescentes, (ALBUQUERQUE, *et al.* 2021) com jovens adultos e (HOFMEIER, *et al.* 2019) com idosos, apontam a idade como um fator importante para a IC, a população mais jovem apresenta maior prevalência de insatisfação corporal.

A insatisfação corporal é maior na adolescência e início da vida adulta, acredita-se que isso ocorre por se tratar de fases em que o indivíduo passa por grandes mudanças, pressão da sociedade e comparação social (OLIVEIRA E MACHADO, 2021).

Os jovens adultos são considerados um grupo vulnerável independentemente da estética corporal, por causa das mudanças que ocorrem nessa fase e principalmente a entrada na universidade e toda a pressão da sociedade sobre o que se espera de um jovem adulto, como rendimento escolar e maior autonomia. Acredita-se que com o avançar da idade as pessoas tendem a se preocupar menos com a expectativa da sociedade em relação à imagem corporal (SILVA, *et al.* 2020).

Os universitários da área da saúde são um grupo de risco para distorção da imagem corporal e insatisfação com o próprio corpo, o que pode impactar negativamente sua saúde mental, autoestima e desempenho acadêmico (CARDOSO *et al.*, 2020). Diante do exposto, considerando o impacto da distorção da autoimagem na formação desses futuros profissionais, pesquisas com esse grupo podem contribuir para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e promoção da saúde mental (GUIMARÃES *et al.*, 2020).

O presente estudo teve como objetivo avaliar a presença de distorção da autoimagem corporal em estudantes dos cursos de Nutrição e Educação Física, bem como, identificar os principais fatores que influenciam a percepção da autoimagem.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal de abordagem quantitativa, proveniente de amostra de conveniência e voluntária, onde foi aplicado um questionário a 16 universitários do curso de educação física e 6 do curso de nutrição, todos de uma instituição privada em Vitória-ES. O estudo foi encaminhado ao Comitê de Ética do Centro Universitário para análise. Todos os participantes responderam apresentando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo 1) antes de iniciar a pesquisa.

Foram critérios de inclusão: estudantes do sexo masculino e feminino, matriculados nos cursos de nutrição e educação física, com a idade a partir de

18 anos. O recrutamento foi realizado em sala de aula onde os estudantes foram convidados a participar da pesquisa. Os critérios de exclusão foram estudantes de outros cursos, gestantes, lactantes e menores de 18 anos.

A coleta de dados foi realizada entre agosto e setembro, na faculdade UNISALES, em local determinado e previamente acordado com os participantes, acontecendo de forma presencial. Foram utilizados questionários auto aplicáveis via google forms, contendo perguntas sobre estilo de vida (prática de esportes, consumo de álcool e tabaco) e variáveis sociodemográficas (nome, idade, sexo, raça/cor, estado civil e número de filhos) (Anexo 4). Além disso, foram coletados dados de peso, altura, circunferências da cintura, quadril, braço, e calculada a relação cintura com quadril.

O peso corporal dos participantes foi aferido utilizando-se uma balança digital portátil devidamente calibrada. A estatura foi mensurada com o auxílio de uma fita métrica inextensível, fixada em superfície vertical e plana, com o participante descalço, em posição ereta e com os pés unidos.

O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado por meio da fórmula: $IMC = \text{peso (kg)} / \text{altura}^2 \text{ (m}^2\text{)}$. Os valores obtidos foram utilizados para a classificação do estado nutricional dos participantes, conforme os critérios estabelecidos na Portaria SCTIE/MS nº 53, de 11 de novembro de 2020, sendo classificados como, baixo peso ($IMC < 18,5$), com peso adequado (IMC entre 18,5 e 24,9), com sobrepeso (IMC entre 25,0 e 29,9), com obesidade grau I (IMC entre 30,0 e 34,9), com obesidade grau II (IMC entre 35,0 e 39,9) e com obesidade grau III ($IMC \geq 40,0$).

As circunferências corporais (cintura, quadril e braço) foram aferidas com o uso de uma fita métrica flexível, posicionada de forma correta sobre os pontos anatômicos de referência, com o participante em posição ortostática e relaxada. A circunferência da cintura foi considerada normal quando menor que 102 cm em homens e menor que 88 cm em mulheres. Para o cálculo da relação cintura-quadril ($RCQ = \text{medida da cintura} / \text{medida do quadril}$), considerando-se adequados valores menores que 0,85 para as mulheres e menores que 0,90 para os homens, conforme os critérios da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (ABESO, 2016). A idade foi estratificada por sexo e apresentada no formato de média nos resultados.

Para avaliar a percepção da imagem corporal foi aplicado o Body Shape Questionnaire (Anexo 2) e a Silhouette Matching Task (SMT) (Anexo 3). A BSQ é

uma ferramenta elaborada por Cooper (1987) e adaptada no Brasil por Pietro e colaboradores composta por 34 perguntas com suas respectivas pontuações e aplicado o Body Shape Questionnaire (BSQ) após somatório de pontos classifica-se o grau de insatisfação corporal. A classificação varia entre “grave insatisfação”(>110 pontos); “moderada insatisfação” (91-110 pontos); “leve insatisfação” (70-90 pontos) e “ausência de insatisfação” (<70 pontos).

A SMT foi desenvolvida por Stunkard e colaboradores (1983), essa ferramenta é composta por 12 silhuetas numeradas onde o participante vai escolher o número da silhueta que ela considera representar sua aparência real e a que a pessoa considera o ideal, assim avalia-se a diferença entre a atual e a ideal com intuito de verificar a insatisfação corporal.

Após aplicação dos questionários, os dados foram analisados e apresentados em forma de tabelas e/ou gráficos quando aplicáveis com auxílio do google planilha.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na tabela 1, foi incluído os dados gerais da amostra estudada, estratificado por curso e sexo. Ao todo foram 22 estudantes avaliados, sendo 6 estudantes de nutrição e 16 estudantes de educação física.

Tabela 1: Características sociodemográficas estratificada por sexo, dos estudantes de nutrição e educação física do UNISALES.

Variável	Estudantes de nutrição		Estudantes de educação física	
	Sexo feminino 6 (100%)	Sexo masculino 0 (0%)	Sexo feminino 5 (45,45%)	Sexo masculino 11 (54,55%)
Idade (anos)	24,5		25	24
Raça/cor				
Branco	4 (66,67%)		1 (20%)	8 (72,7%)
Preto	1 (16,67%)		1 (20%)	2 (18,2%)
Pardo	1 (16,67%)		3 (60%)	1 (9,1%)
Estado civil				
Solteiro	5 (83,33%)		4 (80%)	9 (81,82%)
Casado	1 (16,67%)		1 (20%)	2 (18,18%)

Pratica esporte Sim Não	4 (66,67%) 2 (33,33%)		2 (40%) 3 (60%)	10 (90,91%) 1(9,09%)
Faz uso de cigarro (fumo) Sim Não	0 (0%) 6 (100%)		0 (0%) 5 (100%)	1 (9,09%) 10 (90,91%)
Consumo de bebida alcoólica Sim Não	3 (50%) 3 (50%)		1 (20%) 4 (80%)	1 (9,09%) 10 (90,91%)

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A amostra do presente estudo foi composta por seis estudantes do curso de Nutrição, todos do sexo feminino (100%), e dezesseis estudantes do curso de Educação Física, sendo onze do sexo masculino (54,55%) e cinco do sexo feminino (45,45%). A média de idade entres os participantes de Nutrição foi de 24,5 anos, e entre os de Educação Física, de 25 anos, apresentando-se, portanto, um grupo homogêneo em termos etários. No que se refere ao estado civil, observou-se prevalência de indivíduos solteiros em ambos os cursos. A prática de atividades esportivas foi relatada pela maioria dos estudantes, com maior expressividade entre os de Educação Física (90,91%), seguidos pelos de Nutrição (66,67%).

O perfil sociodemográfico dos participantes deste estudo é semelhante ao observado em uma pesquisa realizada por Pontes et al (2019) com 324 universitários da área da saúde, onde sua amostra foi composta predominantemente por indivíduos entre 20 a 29 anos, e majoritariamente solteiros e com elevada frequência de prática esportiva. A semelhança na caracterização da amostra, é coerente com o perfil esperado de estudantes universitários da área da saúde, reforçando a representatividade dos achados dentro desse contexto acadêmico.

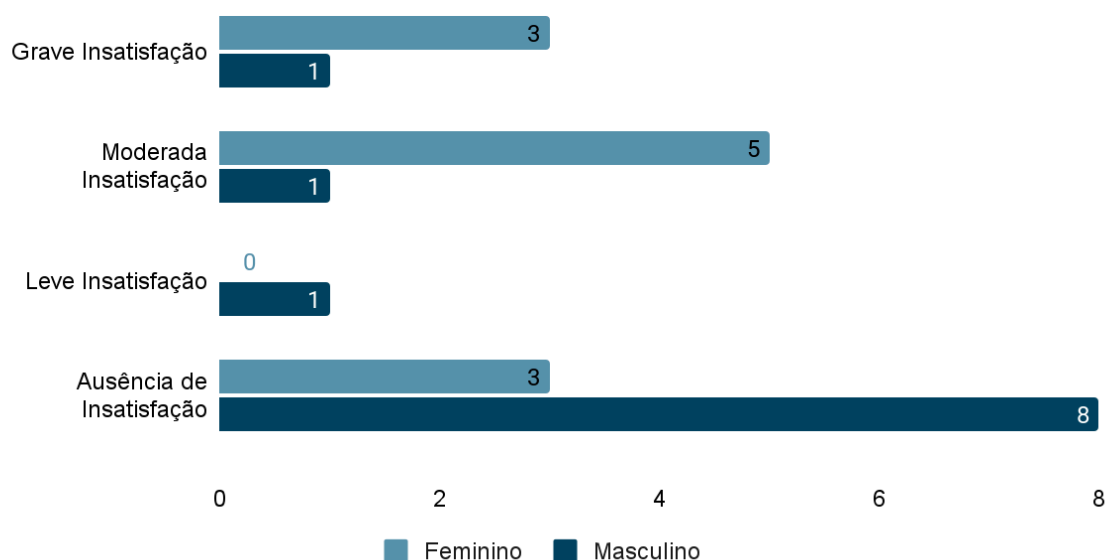
No presente estudo, observou-se baixa prevalência do uso de cigarros e álcool entre os participantes, em que apenas um estudante de Educação Física relatou fazer uso de cigarros, enquanto o consumo de bebidas alcoólicas foi referido por três (50%) dos alunos de Nutrição, e por dois (12,5%) dos estudantes de Educação Física. Esses resultados sugerem uma tendência

de moderação no consumo de substâncias entre os universitários avaliados, especialmente entre os estudantes de Educação Física, que demonstraram menor adesão a esse hábito.

De forma comparativa, a Pesquisa Nacional sobre Uso de Drogas e Saúde (NSDUH, 2024) mostrou que cerca de 2,1 milhões de jovens adultos entre 18 e 25 anos (6,0% nessa faixa etária) relataram consumo excessivo de álcool no último mês, sendo 1,2 milhão de homens (6,6%) e 940 mil mulheres (5,4%). Apesar de os dados nacionais revelarem uma alta prevalência de consumo abusivo, os achados da presente pesquisa demonstram uma frequência consideravelmente menor, o que pode estar relacionado ao fato de serem estudantes da área da saúde, considerando que esse grupo possui maior conscientização sobre os efeitos nocivos do álcool na saúde física e mental.

Gráfico 1: Nível de satisfação corporal estratificado por sexo, dos estudantes de nutrição e educação física do UNISALES.

Nível de satisfação corporal



Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

No presente estudo, observou-se um resultado positivo em relação à percepção da imagem corporal entre os participantes, visto que a maioria (n=11) não apresentou sinais de insatisfação corporal, enquanto apenas um demonstrou

leve distorção, seis relataram insatisfação moderada e quatro apresentaram insatisfação grave. Esses achados sugerem uma tendência favorável quanto à aceitação da própria imagem corporal entre os estudantes avaliados, possivelmente associada a fatores como maior nível de conhecimento sobre saúde e composição corporal.

Em contrapartida, o estudo elaborado por Lopes et al. (2017), ao investigar a percepção da imagem corporal em 90 universitárias do curso de Nutrição, identificou que 20% das alunas apresentaram distorção grave, e que a insatisfação com a imagem corporal, em diferentes graus, foi prevalente, independentemente do estado nutricional. Outro estudo que buscou avaliar a percepção da Imagem Corporal em 76 estudantes de Educação Física, mostrou que 64,8% dos homens e 83,8% das mulheres estão insatisfeitos com sua imagem corporal (LIMA, et al., 2020).

Essa comparação evidencia que, embora a insatisfação corporal ainda esteja presente no contexto acadêmico, os resultados da presente pesquisa apontam para uma menor prevalência desse fenômeno, o que pode refletir uma maior conscientização sobre a importância da saúde e do equilíbrio corporal entre os participantes.

A exposição à mídia e conteúdos relacionados durante a formação acadêmica contribui para uma percepção mais crítica e consciente da autoimagem entre universitários da área de nutrição, causando um impacto negativo sobre a percepção da autoimagem (SILVA, *et al*, 2019). Visto o impacto que os TAs podem causar nos estudantes da área de nutrição, tanto na vida pessoal quanto profissional, pois a forma que se percebem pode influenciar as suas relações pessoais e com os pacientes o tema se torna relevante para entender os fatores que afetam a percepção da autoimagem a fim de buscar intervenções que promovam o bem-estar (CARDOSO, *et al*. 2020).

Tabela 2: Associação do sexo, IMC, circunferência da cintura e relação cintura/quadril estratificado pelo nível de satisfação corporal, dos estudantes de nutrição e educação física do UNISALES.

Variável	Nível de satisfação corporal			
	“grave insatisfação” (>110 pontos)	“moderada insatisfação” (91-110 pontos)	“leve insatisfação” (70-90 pontos)	“ausência de insatisfação” (<70 pontos)
Sexo				
Feminino	3 (13,64%)	5 (22,72%)	0 (0%)	3 (13,63%)
Masculino	1 (4,54%)	1 (4,54%)	1 (4,54%)	8 (36,36%)
Curso				
Nutrição	2 (9,09%)	2 (9,09%)	0 (0%)	2 (9,09%)
Educação física	2 (9,09%)	4 (18,18%)	1 (4,54%)	8 (36,36%)
IMC				
Eutrofia	1 (4,54%)	2 (9,09%)	1 (4,54%)	6 (27,27%)
Sobrepeso	2 (9,09%)	4 (18,18%)	0 (0%)	4 (18,18%)
Obesidade	1 (4,54%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (4,54%)
Circunferência da cintura				
Adequada	1 (4,54%)	4 (18,18%)	1 (4,54%)	11 (50%)
Inadequada	3 (13,64%)	2 (9,09%)	0 (0%)	0 (0%)
Relação cintura/quadril				
Adequada	2 (9,09%)	4 (18,18%)	0 (0%)	8 (36,36%)
Inadequada	2 (9,09%)	2 (9,09%)	1 (4,54%)	3 (13,64%)

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

O presente estudo mostra uma diferença importante na percepção corporal entre os participantes do sexo feminino e masculino. Observou-se que as mulheres apresentaram maior prevalência de insatisfação moderada e grave com a autoimagem (22,72% e 13,64%, respectivamente), enquanto os homens mostraram maior proporção de ausência de insatisfação (36,36%).

Dados semelhantes foram encontrado em um estudo realizado por Silva et al., (2023) com 135 universitários que mostrou que a insatisfação por excesso de peso foi predominante entre as mulheres classificadas com obesidade (77,7%), enquanto entre os homens eutróficos essa insatisfação atingiu 32,7%.

Observou-se ainda que o público feminino tende a superestimar o tamanho corporal, percebendo-se com silhuetas maiores do que as reais, enquanto os homens demonstram subestimação corporal, ou seja, avaliam-se com silhuetas menores do que as que possuem.

Esse dado encontrado reforça o que já vem sendo relatado na literatura, de que as mulheres tendem a ser mais vulneráveis à insatisfação corporal, influenciada por padrões estéticos impostos socialmente e pela maior exposição a conteúdos midiáticos relacionados ao corpo ideal (SANTOS, et al.,2021).

Quando analisado o curso, observa-se que os estudantes de educação física apresentaram maior tendência a insatisfação moderada (18,18%) e grave (9,09%) em comparação aos estudantes de Nutrição, o que pode estar relacionado à valorização do corpo magro e definido no contexto acadêmico e profissional dessa área. Um estudo desenvolvido por Santiago e Mendonça, (2022) com objetivo de analisar a insatisfação corporal a partir do BSQ em universitários de nutrição, mostrou que cerca de 19% dos participantes apresentavam algum grau de distorção de imagem. Assim como Moura et al., (2017) e Gusmão, Silva e Port (2017), que encontraram dados semelhantes em seu estudo, onde cerca de 20,37% dos estudantes de nutrição apresentaram algum grau de distorção.

No que diz respeito à classificação do IMC observa-se que os participantes com sobrepeso apresentaram maior frequência de insatisfação moderada (18,18%), enquanto aqueles com eutrofia ou obesidade concentraram-se nas categorias de insatisfação leve ou ausência de insatisfação. No estudo de Silva et al., (2023), a insatisfação corporal foi mais frequente entre as mulheres com IMC de obesidade. Esses dados sugerem que o excesso de peso pode contribuir para a percepção negativa sobre a imagem corporal.

Na presente pesquisa, verificou-se que os participantes com circunferência da cintura e relação cintura/quadril inadequadas apresentaram maior grau de insatisfação corporal, dessa forma, é possível destacar que a gordura abdominal pode impactar de forma negativa na percepção da própria imagem. Assim como no estudo de Lima et al., (2020) que relacionou medidas corporais acima do recomendado com maior grau de insatisfação

corporal.

De forma geral, os achados apontam para a importância de discutir a percepção corporal, entre estudantes da área da saúde, que apesar de possuírem maior conhecimento técnico sobre saúde, alimentação e composição corporal, é considerado um grupo de risco para distorção da imagem corporal e insatisfação com o próprio corpo.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a maioria dos estudantes de Nutrição e Educação Física apresentaram ausência de insatisfação, ou seja, a amostra investigada apresenta uma boa percepção da autoimagem corporal. Porém, pode-se destacar maior vulnerabilidade entre o sexo feminino e entre participantes com medidas corporais acima dos valores de referência, o que reforça a influência dos padrões estéticos e dos fatores antropométricos na percepção corporal.

Cabe ressaltar, a importância de promover ações educativas voltadas à valorização corporal e à prevenção de distorção da autoimagem no ambiente universitário, ou seja, a universidade deve promover e apoiar programas para incentivar os estudantes a cuidar da saúde visando qualidade e vida e estimulando bons hábitos alimentares, como, criar grupos para perda de peso e prevenir a obesidade, bem como, incentivar a prática regular de atividade física.

O resultado positivo observado no estudo pode ser relacionado com o fato da amostra analisada está composta por estudantes em períodos mais avançados do curso, considerando, que esses alunos já possuem maior conhecimento sobre alimentação e tal fato pode justificar a baixa prevalência de distorção da autoimagem.

O nutricionista desempenha um papel fundamental nesse contexto, atuando de forma integrada, buscando prevenir transtornos alimentares e também promovendo saúde mental e uma relação equilibrada com o corpo.

Por último, é possível afirmar que o objetivo proposto foi alcançado, contribuindo para a investigação da percepção da autoimagem em universitários, bem como, compreendendo o tema para a reflexão sobre estratégias de promoção da saúde e bem-estar no ambiente universitário.

5. REFERÊNCIAS

- AGUIAR, M. M. *et al.* Percepção da autoimagem corporal e prática de atividade física em universitários. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo, v. 14, n. 87, p. 416-426, jul./ago. 2020. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1712/1203>. Acesso em: 13 abr. 2025.
- ALBUQUERQUE, L. da S. *et al.* Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 5, p. 1941-1954, maio 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/tZJKPZxvzWPMswsDBTJqJ3h/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 abr. 2025.
- ALVES, M. N. *et al.* Associação entre satisfação corporal e aspectos sociodemográficos, comportamentais e de saúde de universitários. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*, Rio de Janeiro, v. 15, p. e47361, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/47361>. Acesso em: 20 mar. 2025.
- ANDRADE, L. M. M. *et al.* Estado nutricional, consumo de alimentos ultraprocessados e imagem corporal de adolescentes de uma escola privada do município de Juiz de Fora – MG. *HU Revista*, v. 45, n. 1, p. 40-46, 2019.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA (ABESO). *Diretrizes Brasileiras de Obesidade 2016*. 4. ed. São Paulo: ABESO, 2016.
- CARDOSO, L.; NIZ, L. G.; AGUIAR, H. R. V.; LESSA, A. C.; ROCHA, M. E. S.; ROCHA, J. S. B. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, n. 3, p. 156-164, 2020.
- CHILDRESS, A. C. *et al.* The Kids' Eating Disorders Survey (KEDS): a study of middle school students. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, v. 32, n. 4, p. 843-850, 1993.
- CONTI, M. A. *et al.* A study of the validity and reliability of the Brazilian version of the Body Shape Questionnaire (BSQ) among adolescents. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 9, n. 3, p. 331-338, 2009.
- COOPER, P. J.; TAYLOR, M. J.; COOPER, Z.; FAIRBURN, C. G. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, v. 6, p. 485-494, 1987.
- CORDÁS, T. A.; NEVES, J. E. P. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 26, n. 1, p. 41-47, 1999.
- GRIEGER, J. D.; BOTELHO-FRANCISCO, R. E. Um estudo sobre influenciadores digitais: comportamento digital e identidade em torno de marcas de moda e beleza em redes sociais online. *AtoZ: Novas Práticas em Informação e Conhecimento*, Curitiba, v. 8, n. 1, p. 39-42, 2019. Disponível em:

<https://revistas.ufpr.br/atoz/article/view/67259>. Acesso em: 20 mar. 2025.

GUIMARÃES, B. E. B.; AQUINO, R.; PRADO, N. M. B. L.; RODRIGUES, P. V. A. 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*, v. 36, n. 1, p. e00044919, 2020.

GUSMÃO, A.; SILVA, J. F.; PORT, A. C. R. A percepção da autoimagem corporal entre universitários. *Revista Ciências Nutricionais Online*, v. 1, n. 1, p. 31–35, 2017.

HERNÁNDEZ-LÓPEZ, M.; QUIÑONES-JIMÉNEZ, L.; BLANCO-ROMERO, A. L.; RODRÍGUEZ-VALVERDE, M. Testing the discrepancy between actual and ideal body image with the Implicit Relational Assessment Procedure (IRAP). *Journal of Eating Disorders*, v. 9, n. 82, 2021.

HOFMEIER, S. M. *et al.* Body image, aging, and identity in women over 50: The Gender and Body Image (GABI) study. *Journal of Women & Aging*, v. 29, n. 1, p. 3-14, 2017.

LEÓN, M. P.; MARTÍ-GONZÁLEZ, I.; CONTRERAS-JORDÁN, O. R. What do children think of their perceived and ideal bodies? Understandings of body image at early ages: a mixed study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 9, p. 4871, 2021.

LIMA, F. É. *et al.* Percepção da imagem corporal em universitários de Educação Física. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 14, n. 87, p. 608-616, jul./ago. 2020. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1329/995>. Acesso em: 8 nov. 2025.

MOURA, C. L. F.; *et al.* Hábitos alimentares e percepção da imagem corporal em estudantes de Nutrição. *II Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do UNIVAG*, v. 2, p. 161–172, 2017.

MUELLER, W. H.; JOOS, S. K.; SCHULL, W. J. Alternative measurements of obesity: accuracy of body silhouettes and reported weights and heights in a Mexican American sample. *International Journal of Obesity*, v. 9, n. 3, p. 193-200, 1985.

OLIVEIRA, M. R.; MACHADO, J. S. A. The unsustainable weight of self-image: (re)presentations in the spectacle society. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 7, p. 2663-2672, 2021.

RICA, R. L.; BOCALINI, D. S.; MIRANDA, M. L. J.; GAMA, E. F. Imagem corporal de adolescentes do sexo feminino saudáveis e sua associação com a atividade física: revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 11, p. 3621-3630, 2018.

SAMHSA – SUBSTANCE ABUSE AND MENTAL HEALTH SERVICES ADMINISTRATION. *Pesquisa Nacional sobre Uso de Drogas e Saúde de 2024*. Tabela 2.29A — Consumo excessivo de álcool no último mês: entre pessoas com 12 anos ou mais; por faixa etária e características demográficas, números em milhares, 2023 e 2024. Disponível em: <https://www.samhsa.gov/data/report/2024-nsduh-detailed-tables>. Acesso em: 8 nov.

2025.

SANTIAGO, M. H.; MENDONÇA, P. M. L. Avaliação da percepção da autoimagem corporal, autoestima e risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em discentes do curso de Nutrição do IFCE. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 16, n. 102, p. 508–518, maio/jun. 2022. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2057/1282>. Acesso em: 8 nov. 2025.

SANTOS, B. C. D.; ALMEIDA, D. D. C.; GUILARDUCCI, N. V.; MACHADO, R. R. P. Body dissatisfaction among undergraduate medical students in the city of Juiz de Fora, Minas Gerais, Brazil. *Einstein (São Paulo)*, 2022.

SANTOS, M. M.; MOURA, O. S. de; FLAUZINO, P. A.; ALVARENGA, M. S.; ARRUDA, S. P. M.; CARIOCA, A. A. F. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 73, n. 2, p. 134-142, 2024.

SANTOS, V. de C.; CATTELAN, M. G. Avaliação do comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias. *Revista Científica Unilago*, v. 1, n. 1, 2019. Disponível em: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-cientifica/article/view/180>. Acesso em: 21 mar. 2025.

SILVA, A. P. M.; CASTANHO, P.; MORAES, M. M.; SANTOS, A. B. M. V.; COSTA, R. G.; SANTOS, G. M. Autoimagem corporal e atitudes negativas sobre a obesidade entre universitários de Nutrição, Enfermagem e Farmácia. *Revista Ciências da Saúde Nova Esperança*, João Pessoa, v. 21, n. 2, p. 192–202, 2023. Disponível em: <http://revistanovaesperanca.com.br/index.php/revistane/article/view/807/574>. Acesso em: 8 nov. 2025.

SILVA, L. P. R. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados: um estudo com jovens estudantes de graduação. *Einstein (São Paulo)*, 2019.

SILVA, N. G.; SILVA, J. Aspectos psicossociais relacionados à imagem corporal de pessoas com excesso de peso. *Revista Subjetividades*, v. 19, n. 1, 2019. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/rmes/article/view/e8030>. Acesso em: 20 mar. 2025.

SILVA, W. R.; BARRA, J. V.; NEVES, A. N.; MARÔCO, L.; CAMPOS, J. A. D. B. Sociocultural pressure: a model of body dissatisfaction for young women. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 11, p. e00059220, 2020.

STUNKARD, A. J.; SORENSEN, T.; SCHULSINGER, F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Research Publications – Association for Research in Nervous and Mental Disease*, v. 60, p. 115-120, 1983.

THOMPSON, M. A.; GRAY, J. J. Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, v. 64, n. 2, p. 258-269, 1995.

TRICHES, R. M.; BEAL, G. K. Insatisfação corporal e fatores associados em escolares em um município do interior do Paraná. *Arquivos de Ciências da Saúde UNIPAR*, v. 22, n. 3, p. 139-144, 2018.

ANEXO 1 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TÍTULO DA PESQUISA: PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

PESQUISADOR RESPONSÁVEL:

OBJETIVOS, JUSTIFICATIVA E PROCEDIMENTOS DA PESQUISA: O trabalho tem como objetivo avaliar a associação entre a percepção da autoimagem corporal dos universitários da área da saúde e o risco de desenvolver transtornos alimentares, bem como, identificar os principais fatores que influenciam a percepção da autoimagem em estudantes da área da saúde. Para a coleta de dados será utilizado questionários auto aplicáveis sem identificação via google forms, terão perguntas sobre peso, altura, estilo de vida (prática de esportes, consumo de álcool e tabaco) e variáveis sociodemográficas (idade, escolaridade, estado civil e número de filhos). Para avaliar a percepção da imagem corporal será aplicado o Body Shape Questionnaire (BSQ) e a Silhouette Matching Task (SMT).

DESCONFORTO E POSSÍVEIS RISCOS ASSOCIADOS À PESQUISA: Riscos mínimo de desconforto ao preencher os questionários que serão contornados pela equipe, assim como o risco de vazamento de dados será contornado de acordo com a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD), garantindo a segurança e o sigilo das informações pessoais das participantes.

BENEFÍCIOS DA PESQUISA: A pesquisa pode ajudar a compreender os principais fatores que influenciam a percepção da autoimagem em estudantes da área da saúde.

ANÁLISE ÉTICA DO PROJETO: O presente projeto de pesquisa foi analisado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Católico de Vitória, cujo endereço é Av. Vitória n.950, Bairro Forte São João, Vitória (ES), CEP 29017-950, telefone (27) 33318516.

ESCLARECIMENTOS E DIREITOS: Em qualquer momento o voluntário poderá obter esclarecimentos sobre todos os procedimentos utilizados na pesquisa e nas formas de divulgação dos resultados. Tem também a liberdade e o direito de recusar sua participação ou retirar seu

consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem prejuízo do atendimento usual fornecido pelos pesquisadores.

CONFIDENCIALIDADE E AVALIAÇÃO DOS REGISTROS: As identidades dos voluntários serão mantidas em total sigilo por tempo indeterminado, tanto pelo executor como pela instituição onde será realizada a pesquisa e pelo patrocinador (quando for o caso). Os resultados dos procedimentos executados na pesquisa serão analisados e alocados em tabelas, figuras ou gráficos e divulgados em palestras, conferências, periódico científico ou outra forma de divulgação que propicie o repasse dos conhecimentos para a sociedade e para autoridades normativas em saúde nacionais ou internacionais, de acordo com as normas/leis legais regulatórias de proteção nacional ou internacional.

CONSENTIMENTO PÓS INFORMAÇÃO DO PARTICIPANTE VOLUNTÁRIO:

EU, _____,
portador da Carteira de identidade nº _____, expedida
pelo Órgão _____, por me considerar devidamente informado(a) e
esclarecido(a) sobre o conteúdo deste termo e da pesquisa a ser
desenvolvida, livremente expresse meu consentimento para
inclusão, como sujeito da pesquisa. Afirmando também que recebi via
de igual teor e forma desse documento por mim assinado.

DATA: _____ / _____ / _____

Assinatura do Participante Voluntário

Assinatura do Pesquisador Responsável

ANEXO 2

BODY SHAPE QUESTIONNAIRE - BSQ Adaptado e validado para uso no Brasil por Mônica Di Pietro, Evelyn Doering Xavier e Dartiu Xavier da Silveira.

PROAD/Departamento de Psiquiatria-UNIFESP/EPM.

Responda as questões abaixo em relação à sua aparência nas últimas quatro semanas.

Usando a seguinte legenda:

1. Nunca
2. Raramente
3. Às vezes
4. Frequentemente
5. Muito frequentemente
6. Sempre

		1	2	3	4	5	6
1.	Sentir-se entediado (a) faz você preocupar-se com a forma física?						
2.	Sua preocupação com a forma física chega a ponto de você pensar que deveria fazer uma dieta?						
3.	Já lhe ocorreu que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante do corpo?						
4.	Você tem receio de que poderia engordar ou ficar mais gordo (a)?						
5.	Você anda preocupado (a) achando que o seu corpo não é firme o suficiente?						
6.	Ao ingerir uma refeição completa e sentir estomago cheio, você se preocupa em ter engordado?						
7.	Você se sentiu tão mal com sua forma física a ponto de chorar?						
8.	Você deixou de correr por achar que seu corpo poderia balançar?						
9.	Estar com pessoas magras do mesmo gênero que você faz você reparar em sua forma física?						
10.	Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem ocupar muito espaço quando você senta?						
11.	Você já se sentiu gordo (a) mesmo após ingerir uma pequena quantidade de Alimento?						

12	Você tem reparado na forma física de outras pessoas do mesmo gênero que o seu, e ao se comparar, tem se sentido em desvantagem?						
13	Pensar na sua forma física interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como, por exemplo, assistir televisão, ler ou acompanhar uma conversa)?						
14	Ao estar nua (nu), por exemplo, ao tomar banho, você se sente gorda (o)?						
15	Você tem evitado usar roupas mais justas para não se sentir desconfortável com a sua forma física?						
16	Você já se pegou pensando em remover partes mais carnudas de seu corpo?						
17	Comer doces, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gordo (a)?						
18	Você já deixou de participar de eventos sociais (como pro exemplo, festas) por se sentir mal com relação à sua forma física?						
19	Você se sente muito grande e arredondado?						
20	Você sente vergonha do seu corpo?						
21	A preocupação com sua forma física a (o) leva a fazer dieta?						
22	Você se sente mais contente em relação à sua forma física quando seu estomago está vazio (por exemplo, pela manhã)?						
23	Você acredita que a sua forma física se deva a sua falta de controle?						
24	Você se preocupa que outras pessoas vejam dobras na sua cintura ou estomago?						
25	Você acha injusto que outras pessoas do mesmo gênero que o seu sejam mais magras que você?						
26	Você já vomitou para se sentir mais magro (a)?						
27	Quando acompanhado (a), você fica preocupado (a) em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado (a) num sofá ou no banco do ônibus)?						
28	Você se preocupa com o fato de estar ficando cheio de “dobras” ou “banhas”?						
29	Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?						

30	Você belisca áreas do seu corpo para ver o quanto há de gordura?						
31	Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários e banheiros)?						
32	Você já tomou laxante para se sentir mais magra (o)?						
33	Você fica preocupada (o) com sua forma física quando em companhia de outras pessoas?						
34	A preocupação com sua forma física leva você a sentir que deveria fazer exercícios?						

ANEXO 3

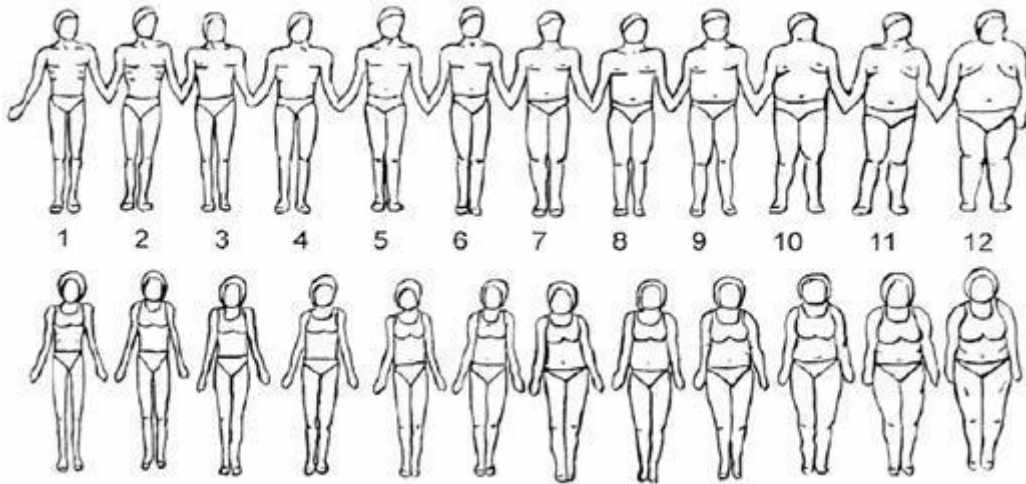


Figura 1. SMT (Silhouette Matching Task) ou Teste para a avaliação da imagem corporal

ANEXO 4 - Questionário para coleta de dados

Aspectos sociodemográficas

- 1) Qual seu nome? (Não será divulgado)
- 2) Qual sua idade?
- 3) Sexo: () Masculino () Feminino
- 4) Qual curso você está cursando? () Educação física () Nutrição
- 5) Qual sua raça? () Branco () Preto () Pardo () Indígena
- 6) Qual seu estado civil? () Casado (a) () Solteiro (a) () Viúvo (a)
- 7) Você tem filho? se sim, quantos?

Estilo de vida

- 1) Você pratica algum esporte? se sim, qual?
- 2) Você fuma? () Sim () Não
- 3) Você faz uso de bebida alcoólica? Se sim, qual frequência?

Aspectos antropométricos

- 1) Peso
- 2) Altura
- 3) IMC
- 4) Circunferência abdominal
- 5) Circunferência da cintura
- 6) Circunferência do quadril
- 7) Circunferência do braço

Obrigada pela participação!