



Avaliação da imagem corporal de estudantes e sua associação com o estado nutricional

Evaluation of Body Image Among University Students and Its Association with Nutritional Status

RESUMO

O crescente interesse nas relações entre imagem corporal, estado nutricional e satisfação pessoal tem gerado uma série de estudos cruciais para compreender a complexidade desses fenômenos, especialmente entre estudantes universitários. O objetivo do presente estudo foi avaliar o estado nutricional, percepção e satisfação com o tamanho corporal de estudantes de Nutrição e Educação Física de uma universidade do interior paulista. Para a classificação do estado nutricional foi utilizado o cálculo do Índice de Massa Corporal e a composição corporal obtida pela bioimpedância elétrica. A Escala de Figuras de Silhuetas também foi utilizada a fim de estimar a (in) acurácia e a (in) satisfação com o tamanho corporal, além do Critério de Classificação Econômica Brasil para análise do poder aquisitivo. A amostra foi composta por 111 universitários. A maioria dos participantes foi classificada como eutrófica, exceto para os homens do curso de Nutrição que se apresentaram na faixa de sobrepeso. Em relação à composição corporal, os alunos de Nutrição apresentaram valores superiores quando comparados a Educação Física, assim como as mulheres, na comparação por sexo de ambos os cursos, havendo diferença estatística em todas as análises dessa variável. A insatisfação com a imagem corporal foi verificada em ambos os sexos e em ambos os cursos analisados, além de revelar uma (in)acurácia na percepção corporal. Recomenda-se a realização de novos estudos uma vez que esses fatores subjetivos desempenham um papel crucial na formação de atitudes e práticas que influenciam o comportamento alimentar e o estado nutricional.

Palavras-chave: Obesidade; Imagem corporal; Estado nutricional.

ABSTRACT

The growing interest in the relationship between body image, nutritional status, and personal satisfaction has generated a series of important studies aimed at understanding the complexity of these phenomena, especially among university students. The objective of the present study was to assess the nutritional status, perception, and satisfaction with body size among Nutrition and Physical Education students at a university in the countryside of São Paulo state. Nutritional status was classified using Body Mass Index calculations and body composition obtained through bioelectrical impedance analysis. The Figure Rating Scale was also used to estimate the (in)accuracy and (dis)satisfaction with body size, in addition to the Brazilian Economic Classification Criterion for analysis of purchasing power. The sample consisted of 111 university students. Most participants were classified as eutrophic, except for male Nutrition students, who were within the overweight range. Regarding body composition, Nutrition students presented higher values when compared to Physical Education students. Women also showed higher values when compared to men across both programs, with statistically significant differences in all analyses of this variable. Body image dissatisfaction was observed in both sexes and in both academic programs, and the findings also revealed (in)accuracy in body perception. Further studies are recommended given that these subjective factors play a crucial role in shaping attitudes and practices that influence eating behavior and nutritional status.

Keywords: Obesity; Body image; Nutritional status.

R. de C. M. de Andrade Maquiaveli
<https://orcid.org/0000-0002-8000-1139>

Universidade de Ribeirão Preto,
 Ribeirão Preto, SP, Brasil.

A. L. M. de Andrade*

<https://orcid.org/0000-0003-1137-7180>

Universidade Brasil, São Paulo, SP,
 Brasil.

T. M. B. Costa.

<https://orcid.org/0000-0002-6154-5667>

Universidade de Ribeirão Preto,
 Ribeirão Preto, SP, Brasil.

***Autor correspondente**

anandrade90@yahoo.com.br



1 INTRODUÇÃO

No Brasil, a incidência de desnutrição em crianças e adultos declina em um ritmo acelerado, em contrapartida, o aumento da prevalência de sobrepeso e obesidade na população brasileira cresce cada vez mais, sendo apontado por diversos estudos como um indicativo de um comportamento claramente epidêmico¹. Estabelece-se, dessa forma, um antagonismo de tendências temporais entre desnutrição e obesidade caracterizando o processo de transição nutricional do país².

De acordo com a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica (s.d), mais de 50% da população brasileira está acima do peso, na faixa de sobrepeso e obesidade, tendo essas alterações do estado nutricional (EN) relação com sérios agravos à saúde.

A avaliação do EN é um instrumento diagnóstico, que mede as condições de nutrição de um indivíduo ou população, além de ser uma ferramenta excelente de qualidade de vida⁴. Seu diagnóstico é possível através do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), que utiliza as medidas antropométricas de peso e altura possibilitando a classificação de acordo com o sexo e faixa etária em desnutrição, eutrofia e excesso de peso³.

Alguns estudos epidemiológicos têm integrado a percepção da imagem corporal e medidas de peso e altura, a fim de obter o IMC para estimar o EN da população, sendo observada uma tendência de indivíduos eutróficos que subestimam seu IMC, pela imagem corporal⁴.

A imagem corporal é descrita como a capacidade de representação mental do próprio corpo, pertinente a cada indivíduo, sendo entendida como um fenômeno de componentes afetivos, cognitivos, perceptivos e comportamentais⁵.

O desfile de figuras jovens, com corpos esqueléticos ou musculosos apresentados em revistas, cinema e comerciais torna muito difícil considerar a beleza em sua diversidade e singularidade, como componente individual, sem se prender a padrões cada vez mais inatingíveis⁶. Dessa maneira, as dificuldades em atingir esses padrões e a insatisfação com a própria aparência afetam negativamente a vida pessoal, o desempenho profissional e o relacionamento interpessoal dos indivíduos^{7,8}.

Quando o assunto é imagem corporal, estudantes universitários, em especial, de nutrição e educação física merecem maior atenção. Estes profissionais terão papel fundamental para a conscientização sobre a alimentação saudável e saúde física, sendo densamente cobrado pela sociedade a ter um corpo e uma alimentação ideais segundo os padrões atuais⁹.

Sendo assim, o estudo se propôs a avaliar o estado nutricional, percepção e satisfação corporal em estudantes de Nutrição e Educação Física de uma universidade particular do interior paulista.



METODOLOGIA

POPULAÇÃO E AMOSTRA

Trata-se de um estudo de natureza quantitativa, com delineamento transversal, sendo a pesquisa realizada em uma universidade do interior paulista (São José do Rio Pardo, SP - Brasil).

O presente trabalho foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa Humana da Universidade de Ribeirão Preto/ UNAERP e aprovado por meio do parecer nº 1.839.186.

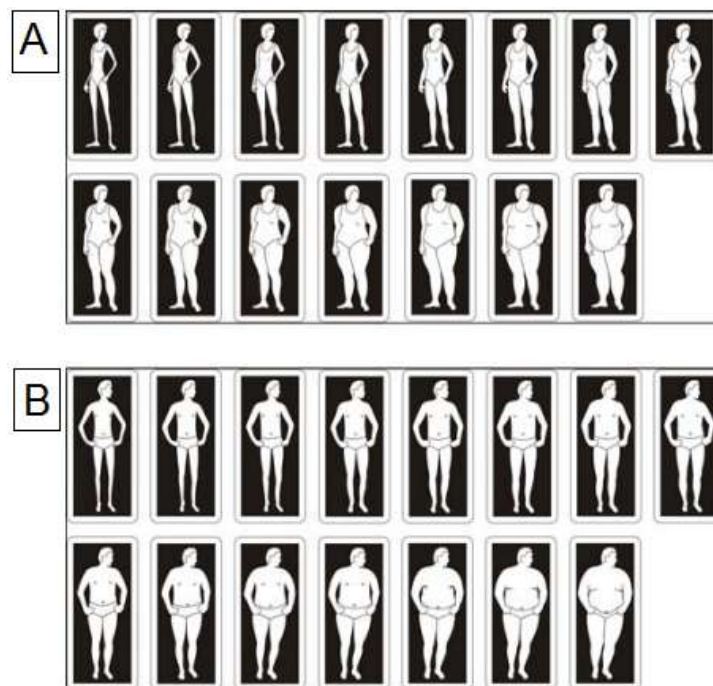
A população do estudo foi composta por 111 estudantes dos cursos de Nutrição e Educação Física (licenciatura e bacharelado), de ambos os sexos, com idades entre 20 e 59 anos que concordaram em participar e assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A amostra foi composta de 70 estudantes de Nutrição e 41 estudantes de Educação Física. Foram excluídas gestantes, estudantes que apresentassem doenças metabólicas que impactassem diretamente no peso corporal, como por exemplo Hipotireoidismo e doenças autoimunes; indivíduos que possuísem algum tipo de deficiência motora ou visual que impossibilitasse a realização da avaliação nutricional, ou aplicação do questionário de Escala de Figuras de Silhuetas.

As coletas foram realizadas na clínica de Nutrição da própria universidade, havendo contato inicial com os coordenadores dos cursos e diretora da instituição para posterior divulgação aos estudantes, podendo o estudante abandonar a pesquisa há qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

INSTRUMENTOS E AVALIAÇÃO

Foram coletados dados sobre a avaliação da (in)acurácia e (in)satisfação foi feita através da Escala de Figuras de Silhuetas (EFS) (figura 1); foram aferidos peso e estatura para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e obtenção da porcentagem de gordura corpórea (%GC) pelo exame de bioimpedência elétrica, nesta ordem.

Figura 1: Escala de Figuras de Silhuetas para adultos Brasileiros¹² : **A:** Escala para o sexo feminino; e **B:** Escala para o sexo masculino.



Fonte: Stunkard et al., (1983)

A EFS, utilizada para estimar a (in) acurácia e a (in) satisfação com o tamanho corporal, é composta por 15 silhuetas de cada sexo, apresentadas em cartões individuais de 6,5 cm de largura por 12,5 cm de altura, identificados numericamente no verso, com figuras referentes a vários intervalos de IMC (12,5 a 47,5 kg/m² e com diferença constante de 2,5 kg/m²) condizentes com o biótipo brasileiro, considerando estatura média e variações de IMC¹⁰.

Foi solicitado ao participante que escolhesse o cartão, dentre os dispostos em série ordenada ascendente, com a silhueta que melhor representasse a imagem de seu corpo no momento (Escolha Atual - IMC Atual). Anotada a escolha, a mesma indicou o cartão com a silhueta que gostaria de ter (Escolha Meta - IMC Desejado)¹⁰.

Para tabulação e análise dos dados foram considerados os IMC correspondentes às figuras escolhidas, comparados ao IMC Real.

Para acurácia na estimação do tamanho corporal, o IMC aferido (Real) foi colocado no intervalo das escalas e comparado à figura escolhida como “Atual” utilizando-se a tabela de instruções que fornece o IMC Médio para a classificação. Ao subtrair-se o IMC Real (aferido) do IMC “Atual” (escolhido pelo indivíduo) obtêm acurácia quando o resultado é igual a 0, superestimação caso o resultado seja positivo e subestimação com resultado negativo¹⁰.

Já a satisfação foi avaliada comparando-se as figuras selecionadas como “Desejada” e “Atual”. A seleção da mesma figura classificou o participante como satisfeito com sua silhueta. Quando a



figura “Desejada” foi maior que a escolhida como “Atual”, considerou-se que o participante desejava aumentar seu tamanho corporal e quando menor, que havia um desejo de diminuí-lo¹⁰.

O peso foi aferido utilizando balança mecânica Welmy® do tipo plataforma (carga máxima de 150 Kg e precisão de 100g), e para estatura estadiômetro de madeira desmontável com base de sustentação metálica e escala bilateral em milímetros (resolução de 1 mm) Alturaexata®, com campo de uso de 0,35 até 2,13 metros. Foi calculado IMC através dos parâmetros da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000). O percentual de gordura foi aferido utilizando-se Bioimpedância Tetrapolar Bio Tetronic Sanny® e a classificação feito por Lohman, 1992¹¹.

A avaliação foi realizada através da inserção dos dados de peso e estatura do participante no programa BioTetronic, a fim de gerar o resultado de IMC e a disponibilização dos protocolos a serem selecionados de acordo com sexo e idade e posterior colocação de eletrodos no pé e no tornozelo, na mão e no pulso, sendo estes locais previamente higienizados com algodão embebido em álcool 70GL, conexão de cabos aos eletrodos e posterior aplicação de corrente elétrica.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

As análises estatísticas foram realizadas com o auxílio do software GraphPad Prism versão 7.0, sendo adotado nível de significância de 5%. A fim de verificar a associação entre as variáveis qualitativas de interesse, foram propostos os testes *Qui-Quadrado* e *Odds Ratio* (Modelo de Regressão Logística).

Para a análise de comparação entre os grupos, dependentes das variáveis sexo e curso, inicialmente foi utilizado o teste de normalidade de Shapiro Wilk. Quando os dados apresentaram distribuição normal foi utilizado o teste paramétrico de *teste t de Student* e para os dados com distribuição não normal foi utilizado o teste de *Mann Whitney*.

RESULTADOS

Os participantes do curso de Nutrição (feminino= 62; masculino=8) apresentaram média de idade de 22,98 anos ($\pm 4,2$), enquanto os alunos matriculados no curso de Educação Física (feminino= 12; masculino=29) possuíam, em média 23,56 anos ($\pm 4,49$).

A Tabela 1 apresenta uma análise descritiva das variáveis peso, altura e IMC. Segundo o IMC a média dos alunos de Nutrição e Educação Física foram, respectivamente, de 23,65 kg/ m² ($\pm 4,4$ kg/m²) e 24,58 kg/ m² ($\pm 3,94$ kg/ m²), ambos dentro da faixa de normalidade.



Tabela 1- Distribuição da média, desvio-padrão, valores mínimo, mediana e máximo dos dados antropométricos (peso e altura corporais) e IMC (kg/m^2) dos alunos de Nutrição ($n= 70$) e Educação Física ($n= 41$).

Variáveis	Média	DVP (\pm)	Mínimo	Mediana	Máxima
Altura					
Nutrição	165,85	7,2	147	163	186
Ed. Física	170,95	8,5	147	174	187
Peso					
Nutrição	63,49	14,2	40,4	60,25	100,1
Ed. Física	72,58	14,93	45,5	121,5	72
IMC					
Nutrição	23,65	4,4	16,5	23,15	37,5
Ed. Física	24,58	3,94	19,67	23,84	36,68

Fonte: do autor

De acordo com a avaliação proposta pelo questionário CCEB, verificou-se que em sua maioria, tanto os alunos de Nutrição como de Educação Física, eram pertencentes à classe B ($n= 35$; 50% e $n= 30$; 73,17%), seguido pela classe A ($n= 25$; 35,71% e $n= 6$; 14,63%) não sendo verificada diferença estatística ($p= 0,064$).

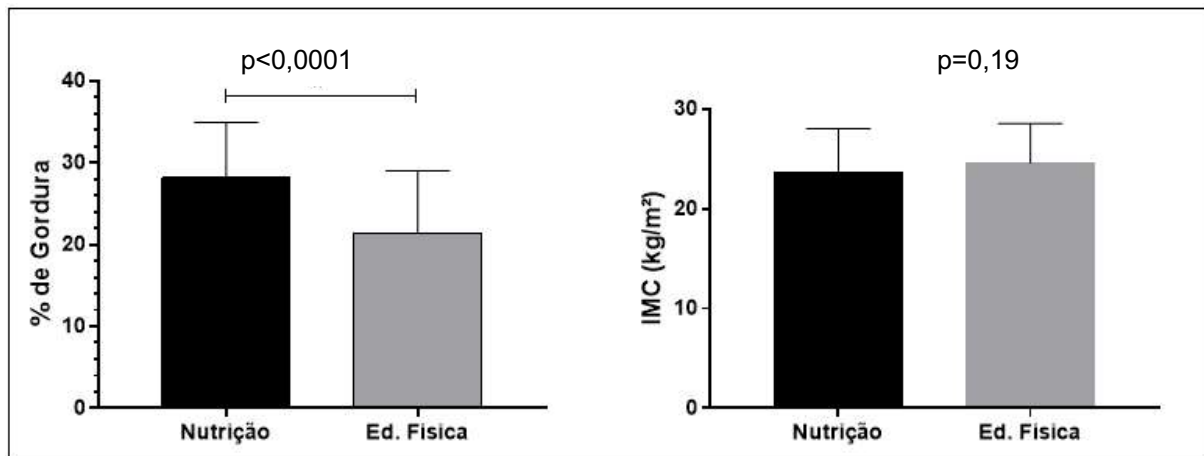
Em relação à classificação do EN, de acordo com a OMS¹⁵, obtida através do cálculo do IMC (kg/m^2), verificou-se que a maior parte dos alunos de Nutrição e Educação Física foi classificada com eutrofia (Nutrição: 58,57%; Educação Física: 63,41%), seguido por sobrepeso (Nutrição: 27,14%; Educação Física: 24,39%), não sendo verificada diferença estatística entre os grupos ($p> 0,05$).

Para os estudantes do curso de Nutrição verificou-se que a maior parte das alunas foi classificada na faixa da eutrofia (66,12%) enquanto a maioria dos participantes do sexo masculino foi classificada com sobrepeso (75%) ($p< 0,05$). Já no curso de Educação Física observou-se, através do EN, que para ambos os sexos a classificação eutrofia prevaleceu (sexo feminino: 75%; sexo masculino: 58,62%), não sendo verificada diferença estatística entre os sexos ($p= 0,61$).

Para a variável IMC (kg/m^2), na comparação entre os cursos não foram observadas diferenças estatísticas ($p= 0,19$), porém para a porcentagem de gordura corporal os alunos de Nutrição apresentaram valores superiores quando comparados aos de Educação Física ($p<0,0001$), conforme

Figura 2.

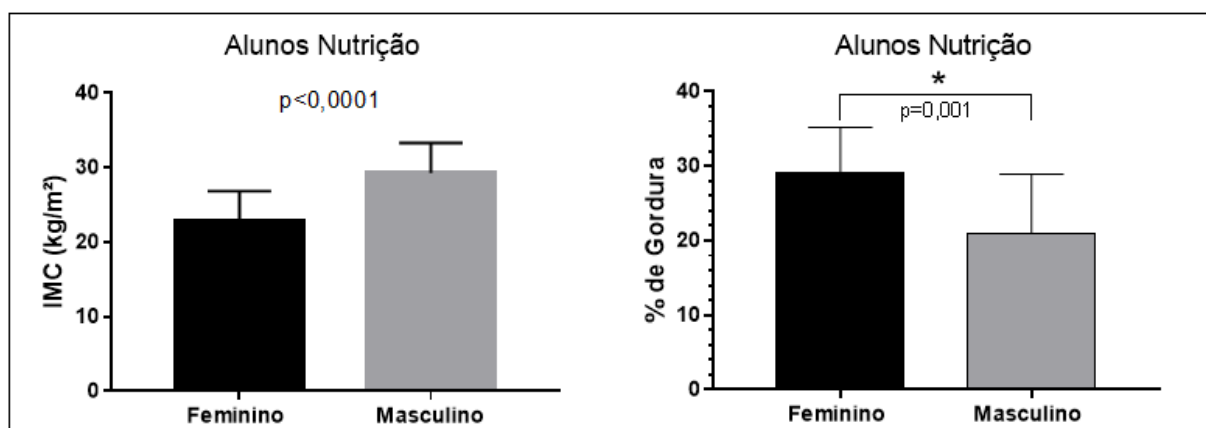
Figura 2: Distribuição das porcentagens de gordura e IMC (kg/m^2) dos participantes matriculados nos cursos de Nutrição e Educação Física, independente do sexo, obtida através do exame de Bioimpedância Elétrica.



Fonte: do autor

Nos alunos de Nutrição observou-se que para a variável porcentagem de gordura corporal, o sexo feminino apresentou valores superiores ao sexo masculino ($p = 0,001$). Com relação ao IMC os homens apresentaram valores superiores às mulheres, sendo verificada diferença estatística entre os sexos ($p < 0,0001$) (Figura 3).

Figura 3: Distribuição das porcentagens de gordura e IMC (kg/m^2) dos participantes do curso de Nutrição, sexo feminino e masculino, obtida através do exame de Bioimpedância Elétrica.



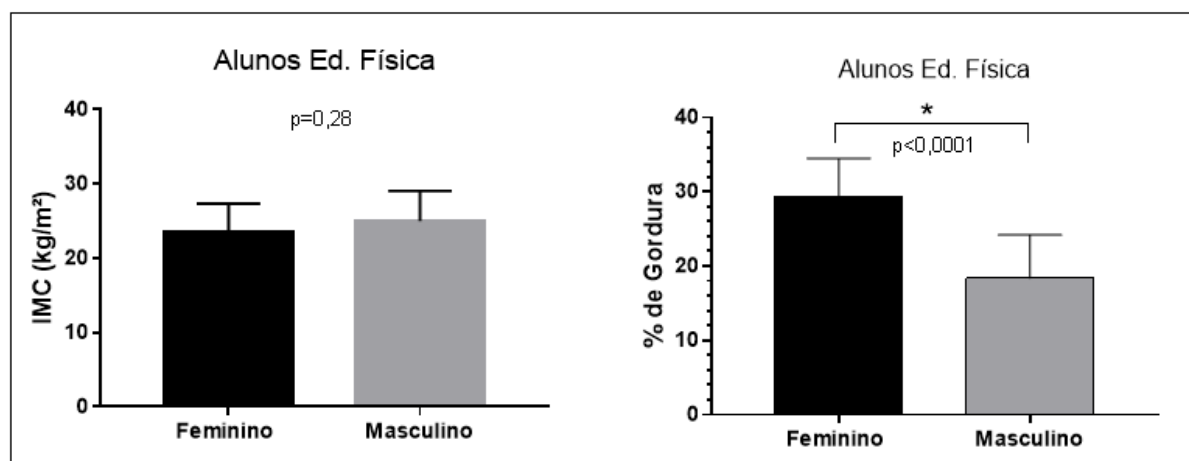
Fonte: do autor

Semelhantes aos resultados observados nos alunos de Nutrição para a variável porcentagem de gordura, as alunas matriculadas no curso de Educação Física também apresentaram valores superiores



ao sexo masculino ($p < 0,0001$). Já com relação ao IMC (kg/m^2) não foi observada diferença estatística ($p = 0,28$) (Figura 4).

Figura 4: Distribuição das porcentagens de gordura e IMC (kg/m^2) dos participantes do curso de Educação Física, sexo feminino e masculino, obtida através do exame de Bioimpedância Elétrica.



Fonte: do autor

Os dados de classificação da acurácia na estimação do tamanho corporal obtida pela EFS (kg/m^2) revelaram que a maioria dos alunos do curso de Nutrição apresentou superestimação, isto é, os estudantes percebiam-se maiores do que realmente eram (62,85%), enquanto o grupo da Educação Física apresentou resultado negativo, caracterizando o quadro de subestimação (53,66%) ($p > 0,05$).

Com relação aos estudantes matriculados no curso de Nutrição verificou-se que a maioria das estudantes avaliadas superestimou o tamanho corporal Real (66,13%) enquanto o sexo masculino apresentou resultado de subestimação (62,5%), não sendo observada diferença estatística entre os sexos ($p = 0,11$). Resultados semelhantes foram observados com os participantes da Educação Física, onde a maioria das avaliadas superestimaram o seu tamanho corporal Real (83,33%) enquanto o sexo masculino percebia-se menor do que realmente era (subestimação; 68,97%) ($p < 0,05$).

No que se refere à satisfação com o tamanho corporal, quando avaliados por grupos, observou-se que a maioria dos participantes matriculados tanto no curso de Nutrição como de Educação Física estava insatisfeita (Nutrição: 89,29%; Educação Física: 68,29%) ($p < 0,05$), e gostariam de ter uma silhueta menor (Nutrição: 79,66%; Educação Física: 60,71%), porém não sendo verificado, neste caso, diferença estatística entre os grupos ($p = 0,07$).

Observou-se ainda que, dos alunos de Nutrição, o sexo feminino ($n = 54$; 87,1%) e masculino ($n = 5$; 62,5%) encontra-se insatisfeito com o tamanho corporal desejando pesar menos do que pensava



possuir (feminino: $n=42$, 77,78%; masculino: $n= 5$; 100%), os resultados não são estatisticamente significativos ($p>0,05$). Com relação ao curso de Educação Física, observam-se resultados semelhantes, onde ambos os sexos encontravam-se insatisfeitos (feminino: $n=10$; 83,33%; masculino: $n= 18$; 62,07%), desejando uma silhueta menor (feminino: $n=6$; 60%; masculino: $n= 11$; 61,11%), sem diferença estatística ($p= 0,9$).

DISCUSSÃO

O conceito sobre padrões de beleza tem se alterado constantemente ao longo dos anos, e nos tempos atuais a busca por padrões utópicos tem sido recorrente. Alinhado a este problema, o crescimento desacelerado da obesidade se tornou uma das grandes questões do século XXI. Este estudo destacou não somente a percepção e satisfação corporal de estudantes como também buscou observar o perfil econômico e a qualidade de vida destes indivíduos.

Com relação a avaliação do poder aquisitivo os resultados apresentados corroboram com os trabalhos de (Silva et al., 2016)¹² com acadêmicos de Nutrição e Rech et al, (2010)¹³ com estudantes da Educação Física que observaram a prevalência das classes econômicas A ou B (66,7%) em trabalhos com objetivos semelhantes ao presente estudo.

Na caracterização do EN a média de IMC encontrada nos dois cursos encontrava-se dentro da faixa de normalidade. Nergiz-unal et al, (2014)¹⁴ também encontrou a média de eutrofia onde os sexos feminino e masculino do curso de Nutrição apresentaram os valores de 20,9 kg/ m² ($\pm 2,3$) e 23,7 kg/ m² ($\pm 2,8$) respectivamente e para o curso de Educação Física 20,7 kg/ m² ($\pm 1,9$) para as mulheres e 23,8 kg/ m² ($\pm 2,4$) para os homens. Garcia et al., (2010)¹⁵ também verificaram, para o curso de Nutrição, IMC médio dentro da normalidade com valor igual a 21,7 kg/ m² ($\pm 2,3$). Resultados semelhantes para os alunos de Educação Física foram encontrados por Silva et al., 2016, cujos valores de IMCs médios para o sexo feminino e masculino foram de 22,09 kg/ m² ($\pm 3,12$) e 23,84 kg/ m² ($\pm 2,65$) respectivamente e por Ribeiro, 2015 com valores de 22,48 kg/ m² ($\pm 2,91$) para mulheres e 24,26 kg/ m² ($\pm 2,82$) para os homens.

Esses valores supracitados demonstram que tanto os alunos do curso de Nutrição como de Educação Física, em diversas localidades, tendem a se enquadrarem na mesma faixa de classificação do IMC (kg/m²) podendo este fator estar ligado ao fato do curso ter uma relação direta com a imagem corporal.

Laus et al., (2012)¹⁶, em seu estudo com universitárias das áreas da saúde e humanas, observaram médias inferiores tanto para os cursos de Nutrição como Educação Física com valores de



19,5 kg/ m² (\pm 0,3) e 20,7 kg/ m² (\pm 0,3), nessa ordem. Importante destacar que esse trabalho foi realizado somente com alunos do primeiro ano podendo ser este o responsável pelas divergências nos resultados.

Quando avaliados por sexo, as alunas de Nutrição encontravam-se em sua maioria eutroficas enquanto no sexo masculino houve prevalência de sobrepeso. Como descrito por Silva et al., (2016)¹², com base nos dados antropométricos de seu estudo, observou-se em relação ao estado nutricional, que a média do IMC Real em alunas do curso de Nutrição foi de 21,74 kg/m², o que caracteriza uma condição de eutrofia. A prevalência dessa classificação do EN também foi verificada por Ainett et al., (2017)¹⁷ em ambos os sexos para alunos desse mesmo curso sendo a porcentagem de indivíduos eutróficos de 74,4%, seguida por excesso de peso (18,1%) e baixo peso (7,5%).

No curso de Educação Física a classificação na faixa de normalidade prevaleceu em ambos os sexos. Os resultados corroboram com os de Rech et al., (2010)¹⁸ que verificou a prevalência de eutrofia nos estudantes de Educação Física onde 3,7% dos homens e 6,3% das mulheres são classificados na faixa de obesidade, valores inferiores aos encontrados no presente trabalho. Porém deve-se salientar que a população do estudo era maior (n= 294) podendo resultar em divergências nos valores.

A porcentagem de gordura foi maior nos alunos de Nutrição quando comparados aos da Educação Física. Reuter et al., (2012)¹⁹ avaliaram a massa óssea e a composição corporal em universitários de Blumenau e também observaram valores de gordura corporal menor em estudantes de Educação Física quando comparados a outro curso da área da saúde. Tais dados corroboram com estudos que destacam a busca dos alunos de Educação Física por um corpo musculoso, enquanto as mulheres, maior população do curso de Nutrição almejam a magreza ^{2,9,20}.

A inacurácia da percepção corporal apresentou resultados de superestimação na Nutrição e subestimação dos estudantes de Educação Física. Resultados semelhantes foram encontrados por Gonçalves et al., (2008)²¹ que adotaram o teste de imagem corporal, que consiste em nove figuras divididas em quatro categorias: silhueta 1: delgado (magro); silhuetas 2 a 5: normal; silhuetas 6 e 7: sobrepeso e silhuetas 8 e 9: obeso. Encontrou como resultado inacurácia em 75,8% dos universitários de Nutrição e 78,2% de Educação Física, sendo que a maioria de ambos os cursos se “sentia” com excesso de peso.

No curso de Nutrição a superestimação e subestimação foram encontradas no sexo feminino e masculino respectivamente. Considerando especificamente o IMC Real e o Atual e utilizando a EFS, Silva et al., (2016)¹² também verificaram uma tendência ao aumento de IMC, confirmando a distorção que as alunas têm de seu próprio corpo, enxergando-se maiores do que são.



Branco, Hilário e Citra, (2006)²² ao avaliarem adolescentes de 14 a 19 anos de idade, também encontraram diferença entre os sexos, destacando que homens e mulheres percebem seus corpos de maneira diferente. O estudo mostrou que houve subestimação do tamanho corporal no sexo masculino e superestimação no sexo feminino. Sugere-se que este fato caracterize o conflito entre o ideal de beleza imposto pela sociedade e o corpo da maioria da população²³.

Resultados semelhantes foram encontrados nos acadêmicos de Educação Física. Não foram encontrados trabalhos com o objetivo de avaliar (in) acurácia da percepção corporal em universitários do curso de Educação Física, porém Alves, (2014)²³ em seu estudo com 200 universitários de ambos os sexos, com idades de 20 a 60 anos, matriculados na Universidade de Ribeirão Preto (UNAERP), campus Ribeirão Preto, verificou através da EFS a frequência de estimação inacurada em 80,5% dos voluntários, sendo que as mulheres tenderam a superestimar seu próprio tamanho corporal (76%) enquanto os homens se dividiram entre subestimação (41%) e superestimação (35%).

Os dados referentes ao sexo feminino corroboram o estudo de Laus, (2012)¹⁶ com 159 estudantes matriculados na Universidade de São Paulo, com idades variando entre 18 e 41 anos, utilizando o mesmo instrumento, em que os resultados demonstraram efeito significativo para acurácia da estimação corporal, pois a grande maioria das mulheres superestimou sua silhueta atual. Já para o sexo masculino foi verificado que quase metade dos avaliados (46,83%) superestimou seu tamanho corporal, quanto 27,85% subestimaram.

A insatisfação da imagem corporal foi verificada em ambos os cursos sendo predominante a busca por uma silhueta menor. Sarhan et al., (2015)²⁴ que avaliaram a percepção da imagem corporal de estudantes das áreas da saúde e humanas através da EFS demonstraram resultados semelhantes e a maioria dos alunos de Nutrição desejava diminuir o tamanho corporal. Porém, para os alunos de Educação Física, os resultados divergem dos encontrados nessa pesquisa, pois a maioria dos universitários desejava aumentar o tamanho corporal.

Ambos os sexos, dos cursos de Nutrição e Educação Física, desejavam pesar menos do que pensava possuir. Resultados semelhantes foram encontrados por Ainett et al., (2017)¹⁷ em seu estudo com estudantes de Nutrição, em que 69,2 % dos participantes tanto do sexo feminino como masculino encontravam-se insatisfeitos com a imagem corporal, devendo ser destacado que o instrumento utilizado para detectar essa alteração foi a escala de silhuetas de Stunkard et al., (1983)²⁵ que consiste em um conjunto de figuras humanas em uma escala de 1 a 9, para ambos os sexos, em que se estabelecem em quatro categorias: baixo peso (1), eutrofia (2 a 5), sobrepeso (6 e 7) e obesidade (8 e 9), com IMC médio variando entre 17,5 e 37,5 kg/m².

Silva et. al., (2017)⁹, em seu estudo realizado na cidade de Juiz de Fora- MG com acadêmicos



da Educação Física, que utilizou o instrumento BSQ e Silva et al., (2016)¹² observaram que tanto o sexo masculino como feminino apresentaram insatisfação corporal, observando-se que aproximadamente 63% dos homens estavam insatisfeitos com a magreza, enquanto 67% das mulheres estavam insatisfeitas com o excesso de peso corporal de acordo com o último estudo citado.

Silveira, (2016)²⁶ também verificou a insatisfação de 88,9% das alunas de Educação Física da UFRN, sendo 58,3% das mulheres insatisfeitas por terem uma silhueta menor que o desejado e 41,7% por terem silhueta maior, diferente dos resultados encontrados nesse trabalho. No caso dos homens, foi observada insatisfação em 66,7% dos graduandos, sendo que a maioria desejava ter uma silhueta menor.

CONCLUSÃO

Em conclusão, embora os cursos de Nutrição e Educação Física tenham demonstrado uma tendência para a eutrofia, é notável que os estudantes em ambos os cursos apresentam insatisfação com sua imagem corporal, seja por meio de superestimação ou subestimação. Essa observação ressalta a importância de abordar não apenas o estado nutricional, mas também as percepções subjetivas dos estudantes em relação ao próprio corpo.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram que não há conflitos de interesse.

REFERÊNCIAS

1. Ferreira APS, Szwarcwald CL, Damacena GN. Prevalência e fatores associados da obesidade na população brasileira: estudo com dados aferidos da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. *Rev Bras Epidemiol* [Internet]. 2019 Apr 1 [cited 2020 Dec 14];22:e190024. DOI: 10.1590/1980-549720190024
2. Batista Filho M, Rissin A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. *Cad Saúde Pública*. 2003;19(1):181–91. DOI: 10.1590/S0102-311X2003000700019
3. Hammond K. Avaliação: dados clínicos e de dietética. In: Maham LK, Escott-Stump S. Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia. 12th ed. Rio de Janeiro: Elsevier; 2010. p. 383–410.



4. Madrigal H, Sánchez-Villegas A, Martínéz-Gonzáles MA, Kearney J, Irala J, Martínez ZJA. Underestimation of body mass index through perceived body image as compared to self-reported body mass index in the European Union. *Public Health*. 2000;114(6):468–73. PMID: 11114759
5. Braggion GF, Matsudo SMM, Matsudo VKR. Consumo alimentar, atividade física e percepção da aparência corporal em adolescentes. *Rev Bras Ciênc Mov*. 2000;8(1):15–21. DOI: 10.18511/rbcm.v8i1.350
6. Saikali CJ, Soubhia CS, Scalfaro BM, Cordás TA. Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Rev Psiquiatr Clín*. 2004;31(4):154–6. DOI: 10.1590/S0101-60832004000400006
7. Gerber KP, Forte GC, Schneider AP. Estado nutricional e percepção da imagem corporal de trabalhadores de Porto Alegre. *Rev Bras Obes Nutr Emagrecimento*. 2018;12(69). Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/652>
8. Kakeshita IS, Almeida SS. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da autoimagem em universitários. *Rev Saúde Pública*. 2006;40(4):497–504. DOI: 10.1590/S0034-89102006000300019
9. Silva NL, Soares TO, Neves CM, Carvalho PHB, Ferreira MEC. Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de educação física, nutrição e estética. *Rev Bras Ciênc Mov*. 2017;25(2):99–106. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-882134>
10. Kakeshita IS, Silva AIP, Zanatta DP, Almeida SS. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicol Teor Pesqui*. 2009;25(2):263–70. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/VLk9HGLRfqHkBSSfynBrbzD/?format=pdf&lang=pt>
11. Lohman TG. Advances in body composition assessment. Current issues in exercise science series. Monograph. Champaign, IL: Human Kinetics; 1992. DOI: 10.1123/pes.5.2.200
12. Silva GR, Terra GDSV, Tavares MR, Neiva CM, Bueno JM, Marinho CF, et al. Imagem corporal e estado nutricional de acadêmicas do curso de nutrição de Universidade Particular de Alfenas. *Rev Bras Nutr Esportiva*. 2016;10(56):165–74. Disponível em: <http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/619>



13. Rech CR, Araújo EDS, Vanat JR. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2010;24(2):285–92. DOI: 10.1590/S1807-55092010000200011
14. Nergiz-Unal R, Bilgic P, Yabanci N. High tendency to the substantial concern on body shape and eating disorders risk of the students majoring Nutrition or Sport Sciences. *Nutr Res Pract*. 2014;8(6):713–8. DOI: 10.4162/nrp.2014.8.6.713
15. Garcia CA, Castro TG, Soares RM. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de nutrição de uma universidade pública de Porto Alegre-RS. *Rev HCPA*. 2010;30(3):219–24. DOI: 10.22491/2357-9730.15660
16. Laus MF. Influência do padrão de beleza veiculado pela mídia na satisfação corporal e escolha alimentar de adultos [tese]. Ribeirão Preto: Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto; 2012. DOI: 10.11606/T.59.2013.tde-26032013-100917
17. Ainett WSO, Costa VVL, Bandeira de Sá NNF. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. *Rev Bras Obes Nutr Emagrecimento*. 2017;11(62):75–8. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/487>
18. Rech CR, Araújo EDS, Vanat JDR. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2010;24(2):285–92. DOI: 10.1590/S1807-55092010000200011
19. Reuter C, Stein CE, Vargas DM. Massa óssea e composição corporal em estudantes universitários. *Rev Assoc Med Bras*. 2012;58(3):328–34. DOI: 10.1590/S0104-42302012000300013
20. Lopes MAM, Paiva AA, Lima SMT, Cruz KJC, Rodrigues GP, Carvalho CMRG. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra*. 2017;12(1):93–206. DOI: 10.12957/demetra.2017.22483
21. Gonçalves TD, Barbosa MP, Rosa LCL, Rodrigues AM. Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. *J Bras Psiquiatr*. 2008;57(3):166–70. DOI: 10.1590/S0047-20852008000300002

22. Branco LM, Hilário MOE, Cintra IP. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Rev Psiquiatr Clín.* 2006;33(6):292–6. DOI: 10.1590/S0101-60832006000600001
23. Alves BM. Acurácia da estimação do próprio tamanho corporal e de outros indivíduos com diferentes estados nutricionais em universitários de Ribeirão Preto [monografia]. Ribeirão Preto: Universidade de Ribeirão Preto; 2014. Disponível em: <https://conic-semesp.org.br/anais/files/2015/trabalho-1000020463.pdf>
24. Sarhan AC, Krey JP, Chaud DMA, Abreu ES. Avaliação da percepção da imagem corporal e atitudes alimentares de estudantes das áreas da saúde e humanas de uma universidade do município de São Paulo. *Rev Simbiol-Logias.* 2015;8(11). Disponível em: <https://www1.ibb.unesp.br/Home/Departamentos/Educacao/Simbio-Logias/avaliacao-da-persepcao-da-imagem-corporal.pdf>
25. Stunkard AJ, Sorensen T, Schulsinger F. Use of the danish adoption register for the study of obesity and thinness. In: Kety SS, Rowland LP, Sidman RL, Matthysse SW, editors. *The genetics of neurological and psychiatric disorders.* New York: Raven Press; 1983. p. 115–20. PMID: 6823524
26. Silveira MGB. Avaliação da insatisfação com a imagem corporal de estudantes do curso de Educação Física da UFRN [trabalho acadêmico]. Natal: Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/items/57aa551d-9990-4099-9b72-0a28d264d228>

Recebido: 10/07/2025

Aprovado: 10/11/2025

DOI: <https://doi.org/10.63021/issn.2965-8845.v3n1a2025.25>

Como citar: R. de C. M. de Andrade Maquiaveli, A. L. M. de Andrade, T. M. B. Costa. Avaliação da imagem corporal de estudantes e sua associação com o estado nutricional. *Revista VIDA: Ciências da Vida (VICV)*. Fernandópolis: Universidade Brasil, 2025. e-ISSN: 2965-8845.

Direito autoral: Este trabalho está licenciado sob uma licença [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

