



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

KAMILA HAYLA DE ALMEIDA SILVA

IMAGEM CORPORAL E INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS

CAMPINA GRANDE - PB

2014

KAMILA HAYLA DE ALMEIDA SILVA

IMAGEM CORPORAL E INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS

Artigo, apresentado à Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para a conclusão do TCC do curso de Pós-Graduação em Educação Física Escolar (UEPB).

ORIENTADORA: Prof^a. Dr.^a Jozilma de Medeiros Gonzaga

CAMPINA GRANDE- PB
2014

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

S586i Silva, Kamila Hayla de Almeida.
Imagem corporal e indicadores antropométricos [manuscrito] /
Kamila Hayla de Almeida Silva . - 2014.
19 p. : il.

Digitado.
Monografia (Especialização em Educação Física Escolar) -
Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e
da Saúde, 2014.
"Orientação: Profa. Dra. Jozilma de Medeiros Gonzaga,
Departamento de Educação Física".
"Co-Orientação: Prof. Dr. Maria Goretti da Cunha Lisboa,
Departamento de Educação Física".

1. Imagem corporal. 2. Antropometria. 3. Escolares. I.
Título.

21. ed. CDD 796

KAMILA HAYLA DE ALMEIDA SILVA

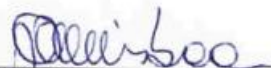
IMAGEM CORPORAL E INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS

Artigo, apresentado à Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para a conclusão do TCC do curso de Pós-Graduação em Educação Física Escolar (UEPB).

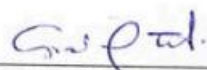
Aprovado em 01 de julho de 2014.



Prof.^a Dr.^a Jozilma de Medeiros Gonzaga / UEPB
Orientador



Prof.^a Dr.^a Maria Goretti da Cunha Lisboa/ UEPB
Examinador(a)



Prof.^a Dr.^a Giselly Félix Coutinho/ UEPB
Examinador(a)

IMAGEM CORPORAL E INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS

SILVA, Kamila Hayla De Almeida – DEF – UEPB - CCBS

RESUMO

O objetivo do estudo foi investigar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal, em um grupo de alunos, considerando a relação entre a percepção da imagem corporal e diferentes indicadores antropométricos. A amostra foi constituída de 60 estudantes (30 do gênero masculino e 30 do gênero feminino), com idades entre 15 a 18 anos, matriculados na Escola Estadual de Ensino Médio Severino Cabral da cidade de Campina Grande - PB. Na coleta dos dados foram realizadas medidas antropométricas e a avaliação da percepção da imagem corporal através de uma escala composta por nove silhuetas de Stunkard. Os estudantes apontavam a silhueta que consideravam semelhante a sua aparência corporal atual e em seguida aquela que consideravam ideal. Os dados foram analisados descritivamente por meio do programa Excel (médias, desvios-padrões e porcentagens). De acordo com os resultados da escala de Stunkard as silhuetas 4 e 5 foram as mais apontadas como ideais pelo sexo feminino e masculino, respectivamente. Aproximadamente 47% das meninas estavam satisfeitas com a sua imagem corporal, e apenas 20 % dos meninos se encontravam satisfeitos. Com relação ao percentual de gordura corporal entre meninas e meninos se encontravam índice satisfatório respectivamente com 63% e 83%. Ao longo do estudo, foi possível constatar que a insatisfação corporal é uma realidade também no gênero masculino e que o número de transtornos alimentares nos homens vem aumentando.

PALAVRAS-CHAVE: Imagem corporal; Antropometria; Escolares.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	05
2. METODOLOGIA.....	07
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	10
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	16
5. REFERÊNCIAS.....	17
ANEXO.....	19

1- INTRODUÇÃO

Tomado por um turbilhão de transformações, o adolescente comumente passa a ter dificuldades de entender e lidar com seu novo universo físico e mental. Em meio às transformações hormonais, funcionais, afetivas e sociais, as alterações de seu universo físico (corporal) adquirem importância fundamental. Essas mudanças físicas, psicológicas e sociais podem afetar significativamente diversos aspectos, dentre eles: os hábitos alimentares, a saúde nutricional e percepção do próprio corpo (PEREIRA, 2009). Com isso, os adolescentes apresentam um comportamento de contestação e são altamente influenciados pelo meio social (CONTI, 2005; DUMITH, 2012).

A sociedade tem sido caracterizada por uma cultura que elege o corpo como uma fonte de identidade. E a mídia aparece com grande influência ao veicular propagandas contendo imagens de corpos belos, ideais, ditos “perfeitos” que atingi boa parte dos adolescentes, e passam a acreditar que para serem aceitos pelos outros é preciso que essa imagem corporal esteja de acordo com os padrões estabelecidos.

Essa sociedade moderna vive em constante evolução, e juntamente com ela os ideais de beleza física têm se modificado também, o que refletem em exigências do meio. Nesse sentido a imagem corporal vai sendo construída como um produto da relação do indivíduo consigo mesmo e com os outros (CAMPAGNA, 2006).

Então, o corpo possui memória e também uma identidade, chamada de imagem corporal. Uma vez que, é um aspecto muito importante da identidade pessoal, as questões relacionadas a esta imagem anatômica real e ideal do adolescente contribuem para pondera-se sobre a visão que este possui de si mesmo (TAVARES, 2003).

O sujeito ao ficar exposto a uma cultura que exalta a “magreza” possivelmente irá buscar atingir esse ideal de beleza através de algumas maneiras, errôneas, que nem sempre são as mais saudáveis. Desde a obesidade à anorexia, jovens desenvolvem distúrbios de conduta alimentar comprometendo sua saúde e qualidade de vida (CONTI, 2005).

O contexto atual permite afirmar que os adolescentes representam o grupo populacional que mais vem apresentando distúrbios sobre a percepção e satisfação da imagem corporal correspondente aos ideais estéticos da “cultura”, cada vez mais é evidente que as pessoas estão recorrendo a dietas associadas inúmeras vezes a transtornos alimentares e ao exercício físico exagerado (PETROSKI, 2012; SMOLAK, 2004).

A baixa autoestima corporal é vista também como uma característica do Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), caracterizado por distorção da percepção da autoimagem corporal, levando o indivíduo a ter preocupações exacerbadas da aparência física, com importantes prejuízos na relação familiar, pessoal, social e profissional (TORRES, FERRÃO & MIGUEL, 2005).

A autoestima corporal vincula-se à autoestima global, entendida em um campo mais amplo onde se expressam valores e conceitos próprios que integram complexos de inferioridade ou superioridade, sentimentos de equivalência, de sentir-se igual, de merecimento e de dignidade, entre outros aspectos (SEDIKIDES, 2004).

Corroborando com essas informações um estudo prospectivo de Tiggemann (2005), realizado na Austrália, sobre insatisfação corporal e autoestima global em adolescentes, o autor observou que jovens do gênero feminino, apresentando peso atual elevado e percepções de terem sobrepeso, eram mais vulneráveis ao desenvolvimento de baixa autoestima ficando mais suscetíveis ao desenvolvimento das patologias de ordem alimentar, como a anorexia e bulimia nervosa, bem como a obesidade.

No Brasil segundo dados da POF - Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009, o excesso de peso foi diagnosticado em 20,5% dos adolescentes avaliados e os casos de obesidade corresponderam 4,9% dos casos de excesso de peso sem variações entre os gêneros. Deste modo, esses jovens que se deparam com a obesidade tendem a ter muitos problemas em relação à aceitação de sua autoimagem e à valorização de seu próprio corpo.

Considerando as consequências adversas decorrentes dos transtornos alimentares, bem como da obesidade, os profissionais da saúde devem se comprometer não só com os aspectos preventivo voltados ao tratamento, mas também, evitando, assim, que futuramente outros jovens possam desenvolver patologias semelhantes, tendo como consequência o bloqueio do seu desenvolvimento global.

Portando, nesse sentido, a adolescência inclui necessariamente a relação com o próprio corpo. A forma como o adolescente irá estruturar essa imagem é de vital significado na manutenção de sua saúde. Parece-nos fundamental que a Educação Física tenha como tema de discussão em sala de aula este padrão corporal, as influências culturais sobre este padrão de beleza, as estratégias que a mídia utiliza para divulgá-lo, os produtos e procedimentos oferecidos pelo mercado da beleza e finalmente oferecer uma oportunidade de que os alunos possam refletir sobre que corpo desejam ter.

Meditando as consequências adversas decorrentes das distorções de auto-imagem as informações reunidas no presente estudo têm-se como relevante para a comunidade acadêmica a reflexão acerca desses efeitos da promoção do corpo ideal imposto na sociedade pela qual tem crescido a probabilidade dos adolescentes subestimarem sua própria aparência.

A escola em que a pesquisa foi realizada é uma escola de Ensino Médio Inovador, e as propostas do modelo desta escola inovadora, é trabalhar em cima de uma pedagogia de projetos inovadora e esclarecedora, e que esta forma de trabalho auxiliou diretamente no resultado da pesquisa. A escola Estadual de Ensino Médio Severino Cabral, trabalha nas suas aulas algumas habilidades dos alunos as quais contribuem no aprendizado, dentre elas podemos citar: Reconhecer os movimentos como originárias de necessidades cotidianas de um grupo social; Reconhecer a necessidade de transformação de hábitos corporais; Reconhecer a linguagem corporal como meio de interação social, considerando os limites de desempenho e as alternativas de adaptação para diferentes indivíduos. As várias habilidades são constantemente trabalhadas através de atividades de conscientização e uni-se à prática efetiva, contribuindo assim, para a melhoria da qualidade do aprendizado do alunado.

Assim, o objetivo do estudo foi investigar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em um grupo de alunos, considerando a relação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos (IMC e %G).

2. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa descritiva, que segundo Gil (2008) tem por objetivo descrever as características de determinadas populações ou fenômenos. Buscando uma abordagem quali-quantitativa de corte transversal, e teve como preocupação a compreensão e a interação do fenômeno.

O trabalho foi desenvolvido com alunos que estudam na Escola Estadual de Ensino Médio Severino Cabral, no Bairro de Bodocongó - Campina Grande – PB. A amostra foi constituída de 60 escolares adolescentes, sendo 30 do gênero masculino e 30 do gênero feminino selecionados aleatoriamente.

Os critérios de inclusão da amostra total foi exigido dos participantes, cursarem qualquer série do Ensino Médio, com ausência de patologia ou distúrbio que pudesse

influenciar nos resultados da pesquisa. Foram excluídos os demais escolares que faltaram à aula no dia da coleta, os que não realizaram todos os testes ou medidas, os que não entregaram o termo de consentimento livre e esclarecido assinado pelo próprio aluno e/ou responsável legal e aqueles que se recusaram em participar da pesquisa.

A percepção da imagem corporal foi obtida por auto-avaliação, com uso da escala de silhuetas proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998), essa escala contém nove silhuetas numeradas, com extremos de magreza e gordura, sendo apresentada separadamente, segundo o gênero. Foi solicitado que cada escolar identificasse qual silhueta era considerada semelhante a percepção da imagem corporal real (PICR) e também o número da silhueta que ele acreditasse ser mais condizente a sua aparência corporal desejável, a percepção da imagem corporal ideal (PICI).

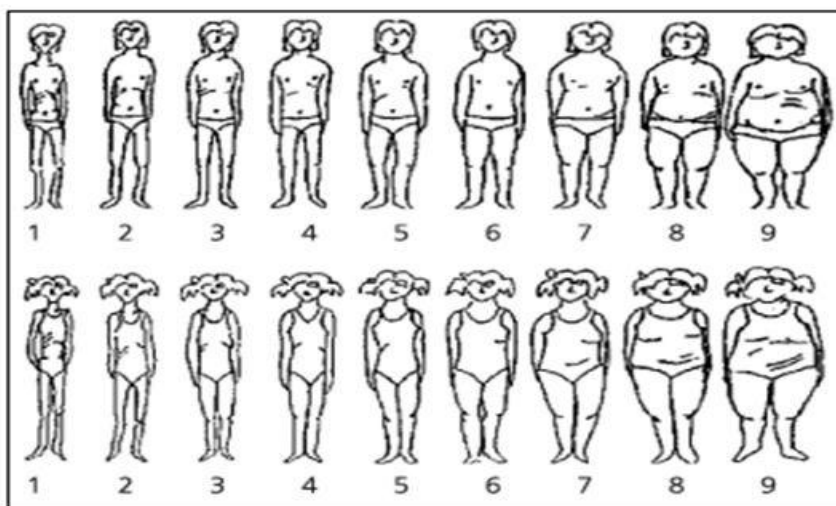


Figura de Silhuetas propostas Tiggemann e Wilson-Barret, 1998

Para a avaliação da satisfação com a imagem corporal subtrai-se o valor anotado na escala de silhuetas como aparência corporal atual daquela anotada como aparência corporal desejável, podendo variar numa escala entre menos oito e oito. Se essa variação for igual a zero, o indivíduo é classificado como satisfeito com sua aparência e se diferente de zero é classificado como insatisfeito. Caso a diferença seja positiva considera-se uma insatisfação pelo excesso de peso e, quando negativa, uma insatisfação pelo baixo peso (STUNKARD, 1983). A figura foi mostrada a cada indivíduo e este apontava a que mais se aproximava da sua aparência e, em seguida apontava a figura com a silhueta que gostaria de ter.

Os dados obtidos na avaliação antropométrica foram utilizados para o desenvolvimento de cálculos que representaram duas informações importantes, sendo elas: o excesso de massa corporal, representado pelo Índice de Massa Corporal (IMC) e o tipo de tecido corporal responsável pelo excesso de massa, representado pelo percentual de gordura corporal (%G). Para tanto, os procedimentos foram:

- Cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC): Com os resultados obtidos na mensuração do peso corporal e da estatura, procedeu-se o cálculo do IMC, também conhecido como índice de Quetelet, conforme recomendado por Petroski (2003), utilizando a seguinte equação: $IMC = \text{Massa Corporal (kg)} \div (\text{estatura})^2$. Para a avaliação do índice de massa corporal utilizou-se os critérios de referência de Conde e Monteiro (2006).

Assim, a variável IMC foi organizada em classes, sendo:

- AP – Abaixo do Peso;
- PI – Peso Ideal;
- SP – Sobrepeso;
- OM – Obesidade Moderada.

- 2º Cálculo do percentual de gordura corporal (%G): Para a identificação do (%G) corporal utilizou-se os valores de dobras cutâneas, aplicados na equação elaborada por Slaughter, conforme descrito por Heyward e Stolarczyk (2000). As equações utilizadas foram:

- Para meninos: $(\%G) = 0,735 (\text{dobra cutânea do tríceps} + \text{dobra cutânea da panturrilha}) + 1,0$.
- Para meninas: $(\%G) = 0,610 (\text{dobra cutânea do tríceps} + \text{dobra cutânea da panturrilha}) + 5,1$.

Inicialmente, os dados foram organizados em classes, com o intuito de facilitar a realização das análises estatísticas necessárias ao entendimento dos objetivos propostos para o estudo. Para a avaliação do (%G) foi utilizado os critérios de referência de Lohman (1986).

Em relação ao %G, foi utilizada essa mesma metodologia, sendo:

- Muito baixo e baixo = baixo.
- Normal = normal.
- Moderadamente alto, alto e muito alto = elevado.

Para análise dos resultados, foi utilizado o programa Excel através de tabelas onde os dados foram executados em gráficos. Foram realizadas análises descritivas (médias, desvios-padrões, distribuição em frequência e percentagens) e variáveis antropométricas.

Os dados foram coletados no Departamento de Educação Física da Escola Estadual de Ensino Médio Severino Cabral, onde foram realizadas as coletas conforme os horários determinados para o Macrocampo de Cultura Corporal.

A pesquisa foi destinada corpo de educação física CAEE sob o número do 02683812000005187 em Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba para análise e parecer. O estudo foi realizado observando os aspectos éticos da pesquisa preconizados pela Resolução 196/96, sobre pesquisas envolvendo seres humanos, respeitando a confidencialidade e sigilo do sujeito da pesquisa. A abordagem do sujeito foi realizado por meio de Termo de Autorização Institucional assinado e autorizado pelo Departamento de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba. O sujeito da pesquisa e/ou responsável legal foi orientado a ler e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, documento este que foi emitido em duas vias ficando uma retida com o pesquisador e outra com o participante, no qual constam os direitos do mesmo, como a preservação de seu anonimato e deixando claro que o mesmo poderia interromper a pesquisa se por ventura sentisse constrangido ou por qualquer outro motivo não acarretando em quaisquer prejuízos.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os participantes do estudo foram separados em dois grupos, sendo do gênero feminino e masculino para, em seguida, verificar o peso e a altura desses indivíduos.

A figura 2 é referente à classificação do Índice de Massa Corporal (IMC), onde 60% é referente ao peso normal, 23% sobrepeso, 14% abaixo do peso e 3% a obesidade no gênero feminino. Para o gênero masculino foi classificados em 67% peso normal, 10% sobrepeso, 10% obesidade e 13% abaixo do peso.

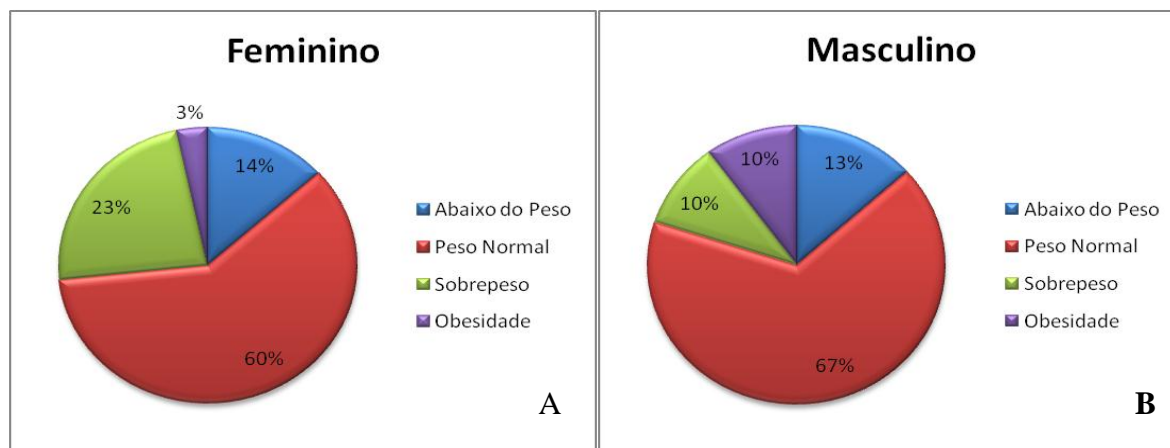


Figura 2: Classificação do Índice de Massa Corporal (IMC) - a) Feminino; b) Masculino

Na figura 3 refere-se à classificação do percentual de gordura (%G), onde 63% se encontram normal, 30% elevado e 7% baixo para o gênero feminino. Para o gênero masculino 83% estavam normal, 14% elevado e 3% baixo.

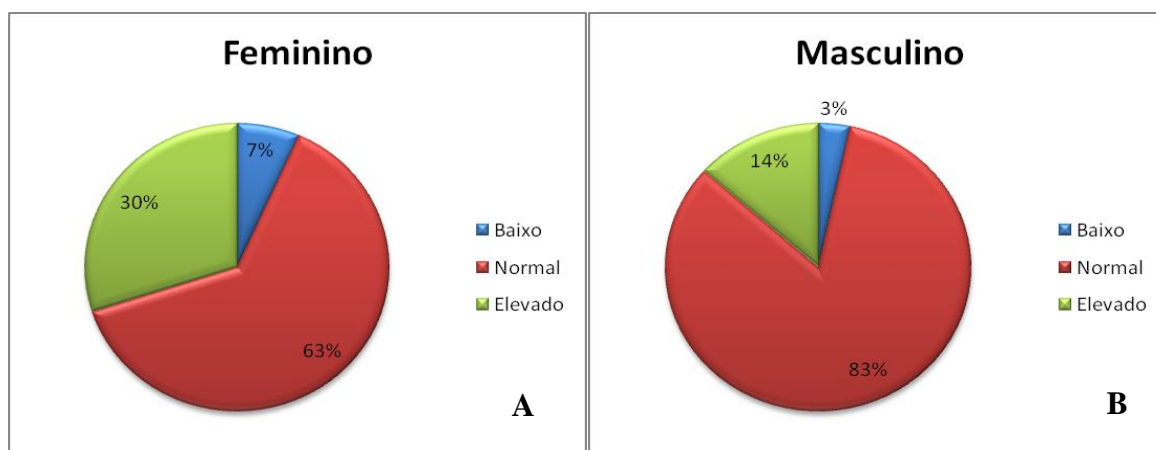


Figura 3: Classificação da porcentagem de gordura (%G) - a) Feminino; b) Masculino

De acordo com os resultados encontrados nesta pesquisa, a imagem corporal e os indicadores antropométricos; do IMC e do percentual de gordura não se encontram divergentes, mas sim, seguem a mesma linha, quando o IMC está elevado, em consequência disto o percentual de gordura tende a ser alto, quando o IMC está abaixo o % G também segue baixo, e quando o IMC está normal o % G segue o mesmo caminho.

Comparando com uma pesquisa realizada por Mendelson M.J., Mendelson B.K. & Andrews (2000), com 217 canadenses (107 do gênero masculino e 110 do gênero

feminino), de 16 a 21 anos (considerada pelos autores como a fase final da adolescência), demonstrou associação significativa entre excesso de peso e IMC elevado com baixa autoestima corporal, sendo estas associações mais expressivas para adolescentes do gênero feminino.

Ainda de acordo com os dados encontrados junto aos estudantes envolvidos no estudo o elevado número de jovens com o peso ideal, percentual de gordura ideal e uma grande satisfação da imagem corporal, do gênero feminino, são diferentes dos resultados das pesquisas de Nowicka *et al.* (2009), onde verificou a autoestima global com 107 crianças e adolescentes, de 8 a 19 anos, realizado na Suécia, , em tratamento de obesidade, o qual constatou que a autoestima global era menor nas meninas e diminuía com o avançar da idade. A justificativa de tal divergência com a literatura possivelmente seja devido aos alunos desta escola participarem de um regime integral, onde a escola faz parte de um projeto de ensino médio inovador, por ter mais tempo na escola facilitou assim o trabalho voltado a conscientização do controle de peso junto a uma alimentação balanceada servida no próprio ambiente escolar.

Partindo disso a figura 4 refere-se ao nível de satisfação com a imagem corporal dos estudantes, o gênero feminino se encontrou com 47% satisfeitas, 13% insatisfeita pelo baixo peso e 40% insatisfeita pelo excesso do peso. Para o gênero masculino 57% estavam insatisfeitos pelo baixo peso, 23% insatisfeito pelo excesso e 20% estavam satisfeitos.

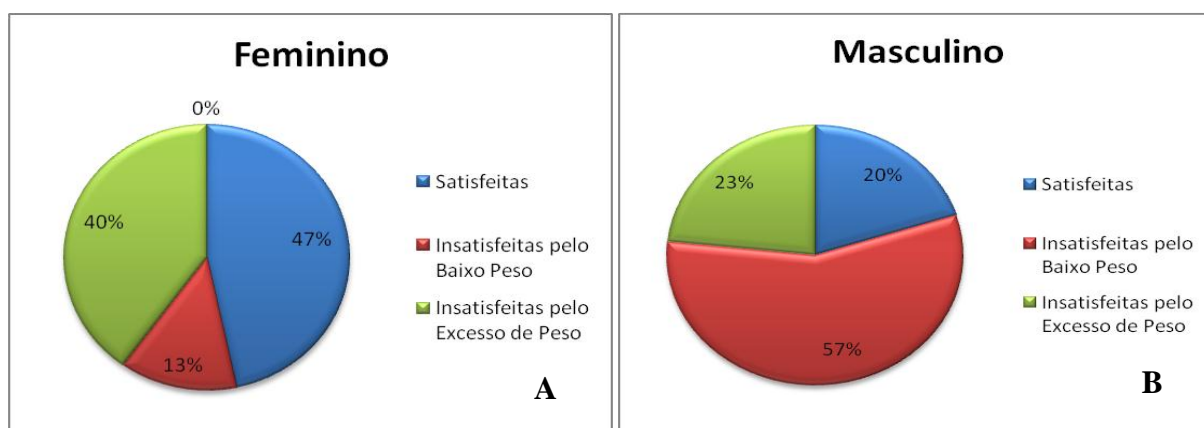


Figura 4: Satisfação com a imagem corporal - a) Feminino; b) Masculino

O estado nutricional é considerado o fator mais fortemente associado à insatisfação corporal (PINHEIRO, 2006; TRICHES, 2007). De acordo com os dados expostos na figura acima 47% das jovens estão satisfeitas com o peso, mas com 40%,

quase empatado, temos as jovens que se sentem insatisfeitas com o excesso de peso, ou seja, mesmo ocorrendo o trabalho na escola de conscientização no controle do peso pela alimentação muitas jovens ainda confundem a imagem corpora ideal e a imagem corporal desejada. Diferente deste estudo, Fernandes (2007) não encontrou associação entre essas variáveis. É possível que as distintas formas utilizadas para a avaliação da imagem corporal e as diferenças culturais expliquem essa divergência. Sentir-se gordo pode não ter o mesmo significado de querer ser mais magro (PINHEIRO, 2006).

Os quadros 1 e 2 apresentam a silhueta atual e a silhueta desejada dos estudantes de gêneros feminino e masculino envolvidos na pesquisa.

NÚMERO DE SILHUETAS	SILHUETA ATUAL	SILHUETA DESEJADA
SILHUETA1	X	X
SILHUETA2	1 menina	X
SILHUETA3	2 meninas	1 menina
SILHUETA4	7 meninas	10 meninas
SILHUETA5	10 meninas	16 meninas
SILHUETA6	7 meninas	3 meninas
SILHUETA7	1 menina	X
SILHUETA8	X	X
SILHUETA9	2 meninas	X

QUADRO 1: Silhueta atual e silhueta desejada (Meninas)

Nesse estudo a silhueta de número 5, demonstra a silhueta com as quais as participantes mais se identificaram. Percebeu-se que algumas jovens escolheram uma silhueta menor do que corresponde a sua, corroborando com Damasceno (2005), as mulheres tendem a escolher silhuetas menores do que a atual. Para os homens a silhueta desejada por eles foi quase correspondente com a silhueta atual.

NÚMERO DE SILHUETAS	SILHUETA ATUAL	SILHUETA DESEJADA
SILHUETA1	2 meninas	X
SILHUETA2	4 meninos	X
SILHUETA3	5 meninos	3 meninos
SILHUETA4	9 meninos	8 meninos
SILHUETA5	5 meninos	19 meninos
SILHUETA6	1 menino	X
SILHUETA7	2 meninos	X
SILHUETA8	1 menino	X
SILHUETA9	1 menino	X

QUADRO 2: Silhueta atual e silhueta desejada (Meninos)

A silhueta de número 5 é apresentado com os valores da imagem corporal que as meninas gostariam de ter. Os valores apontam que 53% da amostra gostaria de se parecer com a figura de número 5; 33% com a de número 4 e; 10% com a de número 3. Podemos constatar que 40% das mulheres querem diminuir a silhueta, ou seja, diminuir suas proporções; 47% estão satisfeitas com sua aparência e 13% querem aumentar.

A silhueta de número 4 do quadro 2, demonstra a silhueta real/atual com as quais os participantes mais se identificaram. Percebeu-se que os homens apesar de ter se identificado com a silhueta real estavam insatisfeitos pelo baixo peso, possivelmente isso seja em decorrência da fase de maturação.

Os homens, ultimamente, estão demonstrando querer ter um corpo mais forte e volumoso e com baixo percentual de gordura. Desta forma, confirma-se a hipótese de Damasceno (2005), onde o gênero masculino está cada vez mais preocupado com a sua imagem corporal, procurando padrões de um corpo mais musculoso, deixando de ser somente uma marca feminina e sim de ambos os gêneros, podendo ocorrer uma mudança nos padrões.

A silhueta de número 5 do quadro 2 é apresentada com os valores da imagem corporal que os meninos também gostariam de ter. Os valores apontam que 63% da amostra gostariam de se parecer com a figura de número 5; 27% com a de número 4 e; 10% com a de número 3. Podemos constatar que 23% dos meninos querem diminuir a silhueta, ou seja, diminuir suas proporções; 20% estão satisfeitos com sua aparência e 57% querem aumentar.

Diferente dos nossos resultados, Facchini (2006) e Presnell, (2004) apontam que a prevalência de insatisfação corporal é muito alta, sendo mais comum entre meninas. Com uma referência de insatisfação corporal presente entre 60 e 80% das meninas e 20 a 40% dos meninos.

Os padrões socioculturais interferem no funcionamento da dinâmica corporal de meninos e meninas distintamente, onde meninos são estimulados a praticarem esportes, enquanto que às meninas são impostas atividades que resultem em perda de peso. Com isso, reforça-se um padrão de expectativas que aumenta a tendência das meninas sentirem-se insatisfeitas com seu próprio corpo (RICCIARDELLI, 2009).

Estudo realizado em Belo Horizonte, com escolares da rede pública e particular, apontou que alunos de escolas públicas desejavam ganhar peso. Entretanto, os alunos de classe econômica mais alta desejavam perder peso. FERNANDES, (2007) interpreta como um dos motivos para esse achado o fato de estudantes desnutridos estarem em maior quantidade em escolas públicas.

Os dados coletados do presente estudo indicaram que a maioria dos escolares, principalmente em se tratando do gênero feminino, da Escola Estadual de Ensino Médio Severino Cabral estavam satisfeitas com sua imagem corporal, havendo prevalência significativamente maior de insatisfação corporal entre os meninos. Portanto, investigando as repercussões que as imagens corporais trariam na vida de adolescentes, assim como Facchini (2006) concluímos que os garotos demonstraram grande interesse por sua autoimagem, podendo ser observado nas academias de ginástica e no crescente uso de suplementos alimentares que prometem aumentar a massa muscular. Já no caso das meninas, a busca era por um corpo delgado.

Em função disso acredita-se ser importante que a escola, a família e os trabalhadores em saúde estejam atentos para a influência dos padrões de beleza na autoimagem dos adolescentes. Ainda, a disciplina de Educação Física possui excelente potencial para lidar diretamente com a questão corporal. Durante suas atividades, podem ser identificados alunos com baixa autoestima e em outras situações de risco para morbidades, sendo criadas oportunidades que enfatizem a importância de escolhas saudáveis de vida.

Desta forma, este grupo constitui um grupo de risco potencial para o desenvolvimento de distúrbios da imagem corporal, caracterizado pela rejeição de si e das próprias formas, pela percepção inadequada do próprio corpo e valorização das

formas do corpo alheio. Com isto, teve-se a preocupação em analisar a percepção da imagem corporal em escolares do Ensino Médio

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos dados e em conversa com os alunos foi possível constatar que os artifícios que os escolares utilizariam, utilizam ou pretendem utilizar para mudar sua forma corporal, foram às práticas de atividades físicas e dietas alimentares que mais se destacaram. Em se tratando do gênero feminino estavam satisfeitas com sua imagem corporal, e já os meninos indicaram significativamente maior número de insatisfação corporal.

Dessa forma, é de suma importância se tratar desse conhecimento, conscientizando os alunos sobre os benefícios da prática regular de atividades físicas e dos seus malefícios, quando feitas de forma incorreta. Em função disso acredita-se ser importante que a escola, a família e os trabalhadores em saúde estejam atentos para a influência dos padrões de beleza na autoimagem dos adolescentes. Ainda, a disciplina de Educação Física possui excelente potencial para lidar diretamente com a questão corporal.

Portanto, ao considerar as consequências adversas decorrentes dos transtornos alimentares, bem como da obesidade, os profissionais da saúde devem se comprometer não só com os aspectos preventivo voltados ao tratamento, mas também, evitando, assim, que futuramente outros jovens possam desenvolver patologias semelhantes, tendo como consequência o bloqueio do seu desenvolvimento global.

Espera-se que este estudo estimule novos trabalhos, além de servir como ponto de partida para comparações futuras, pois é importante avaliar com mais profundidade as origens e consequências da insatisfação corporal dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

- BRANCO, L.M; HILARIO, M.O.E & CINTRA, I.P. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Revista de Psiquiatria Clínica**,33(6), p. 292-296, 2006.
- CONDE, W. L.& MONTEIRO, C. A. Valores críticos do índice de massa corporal para classificação do estado nutricional de crianças e adolescentes brasileiros. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 82, n. 4, 2006.
- CONTI, M.A. Imagem corporal e estado nutricional de estudantes de uma escola particular. 2002. 74. **Dissertação de Mestrado** – Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo,São Paulo, 2002.
- CONTI, M.A; FRUTUOSO, M.F.P & GAMBARDELLA, A.M.D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, 18(4), p. 491-497, jul./ago., 2005.
- CAMPAGNA ,V. N.Corpo E Imagem Corporal No Início Da Adolescência Feminina. **Boletim De Psicologia**, 2006, VOL. LVI, Nº 124: 09-35.
- DUMITH, S. C. et al. Insatisfação corporal em adolescentes: um estudo de base populacional. **Ciência & Saúde Coletiva**, 17(9), 2499-2505. 2012.
- DAMASCENO, V. O. et al. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 3, mai./jun., 2005.
- FACCHINI, M. La imagen corporal em La adolescencia es un tema de varones?**Archivos Argentinos de Pediatría**, Argentina,104(2), p.177-184, 2006.
- FERNANDES, A.E.R. Avaliação da Imagem Corporal, Hábitos de Vida e Alimentares em Crianças e Adolescentes de Escolas Públicas e Particulares de Belo Horizonte. **Dissertação (Mestrado em Nutrição)**, Universidade Federal de Minas Gerais,Minas Gerais, 2007.
- GIL, Antonio Carlos.Como elaborar projetos de pesquisa.4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- HEYWARD, V.H& STOLARCZYK, L.M. Avaliação da composição corporal aplicada. São Paulo: Editora Manole, 2000.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2008-2009: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Brasília; 2011.
- MALDONADO, G. R.A Educação Física E O Adolescente: A Imagem Corporal E A Estética Da Transformação Na Mídia Impressa. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – 2006, 5(1):59-76

PETROSKI E.L. et al. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, 17(4):1071-1077, 2012.

PEREIRA, ERICO FELDEN. Percepção corporal de crianças e adolescentes com diferentes níveis socioeconômicos na cidade de Florianópolis santa Catarina Brasil. **Ver. Bras. Saúde matem. Infant**, Recife.

PINHEIRO, A.P.& GIUGLIANO, E.R.J. Quem são as crianças que se sentem gordas apesar de terem peso adequado? **Jornal de Pediatria**, Porto Alegre, v. 82, n. 3, p. 232-5, 2006.

RICCIARDELLI, P.et. al. My eyes want to look where your eyes are looking: exploring the tendency to imitate another individual's gaze. **Neuroreport**, New York, v.13, n.17, p.2259-64, 2002.

RICCIARDELLI, L.A.; MCCABE, M,P&, BANFIELD, S. Sociocultural influences on body image and body changes methods. **Journal of Adolescent Health**, New York,26(1), p. 3-4, 2000.

SMOLAK, L. Body image in children and adolescents: where do we go from here? **Body Image**, Whashington, n.1, p.15-28,2004.

STUNKARD, A. J.; SORENSEN, T. & SCHLUSINGER, F. Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. In: KETY, S. S. et. al. (Org.). **The genetics of neurological and psychiatric disorders**. New York: Raven, 1983, p.115-120.

TAVARES, M. C. G. C. F. **Imagem corporal**: conceito e desenvolvimento. São Paulo: Manole, 2003.

TIGGEMANN, M. Body dissatisfaction and adolescent self-esteem: prospective findings. **Body image**, New York,v.2, p.129-135, 2005.

TORRES, A. R.; FERRÃO, Y. A.; MIGUEL, E. C. Transtorno Dismórfico Corporal: uma expressão alternativa do transtorno obsessivo-compulsivo?**Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 95-96. 2005.

TRICHES, R.M& GIUGLIANI, E.R.J. Insatisfação corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. **Revista de Nutrição**, 20(2), p. 1119-128, 2007.

ANEXO – Escalas de silhuetas Tiggemann Wilson-Barret, 1998.