

DISTURBIO ALIMENTARES E SUA RELAÇÃO COM A DISTORÇÃO DA AUTO IMAGEM CORPORAL

Diuliene Aparecida Correa Rodrigues

Discente do curso de Educação Física da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de São José do Rio Pardo-SP

Marcus Vinícius de Almeida Campos

Docente do Departamento de Educação Física da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de São José do Rio Pardo-SP

Henrique Miguel

Docente do Departamento de Educação Física da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de São José do Rio Pardo-SP

Resumo: O objetivo do estudo foi investigar a relação entre imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. Foram sujeitos 60 adolescentes de ambos os sexos, com idade entre 15 e 18 anos, do DEC- Departamento de Esporte e Cultura de São José do Rio Pardo-SP. Os adolescentes responderam dois questionários: teste de atitudes alimentares (EAT), validado por Bighetti (2003) e o questionário de imagem corporal (BSQ), validado por Di Pietro (2002). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e todos os responsáveis pelos participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para análise dos dados utilizou-se teste de quiquadrado de Pearson, adotando $p < 0,05$. Verificou-se que grande parte dos adolescentes não apresentou distorção de imagem corporal (75,1%) e risco de transtorno alimentar (90%). No entanto, quando se associou em função do sexo, houve associação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares, na qual as maiores prevalências foram observadas no sexo feminino ($p < 0,0001$). Concluiu-se, que meninas entre 15 e 18 anos, são mais predisponentes para o desenvolvimento de distúrbio de imagem corporal e risco de transtornos alimentares do que meninos, na cidade de São José do Rio Pardo-SP.

Palavras-chave: Imagem corporal; Comportamento alimentar; Adolescentes.

Abstract: The objective of the study was to investigate the relationship between body image and risk of development of eating disorders in adolescents. Sixty male and female adolescents aged 15 to 18 years were enrolled in the Department of Sports and Culture of São José do Rio Pardo-SP. The adolescents answered two questionnaires: food attitudes test (STT), validated by Bighetti (2003) and the body image questionnaire (BSQ), validated by Di Pietro (2002). The study was approved by the Ethics Committee and all those responsible for the participants signed the informed consent form. Pearson's chi-square test was used to analyze the data, adopting $p < 0.05$. It was verified that most of the adolescents did not present distortion of body image (75.1%) and risk of eating disorder (90%). However, when it was associated with gender, there was an association between body image distortion and risk of developing eating disorders, in which the highest prevalence was observed in females ($p < 0.0001$). It was concluded that girls between the ages of 15 and 18 are more predisposing to the development of body image disorders and risk of eating disorders than boys, in the city of São José do Rio Pardo-SP.

Keywords: *Body image; Food behavior; Adolescents.*

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é uma etapa da vida caracterizada por grandes alterações físicas, emocionais e sociais. É durante essa fase que ocorrem as transformações mais aparentes no corpo, onde se formam grupos de amigos que apresentam o mesmo interesse e, principalmente, é um período marcado pela necessidade de liberdade e conquistas.

Durante a adolescência, imagina-se um corpo ideal que, no entanto, nem sempre corresponde ao corpo real, e quanto mais o corpo real estiver longe do ideal, maior será a possibilidade de comprometer a autoestima e de desencadear uma distorção de imagem corporal.

A distorção da imagem corporal em conjunto com a baixa autoestima são os responsáveis pela busca incessante de emagrecimento, levando a comportamentos prejudiciais à saúde como, por exemplo, o uso de laxantes, jejum e a prática excessiva de exercícios físicos, 3-6 sendo por isso, considerados fatores que podem desencadear alguns transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia.

Nesse sentido, a anorexia e a bulimia nervosa caracterizam-se pela adoção de um comportamento alimentar de risco, no qual os indivíduos apresentam um controle patológico do peso corporal e distúrbios de percepção da imagem corporal. Isto pode ser explicado pelo medo exagerado de ganhar peso ou de se tornar obeso e pela supervalorização do corpo magro, características estas marcadamente presentes na anorexia nervosa (SAIKALI et al., 2004).

Ressalta-se que indivíduos com anorexia apresentam medo mórbido de engordar e alteração na percepção da imagem corporal, perda de massa muscular e gordura corporal, irregularidades digestivas, desidratação, arritmias cardíacas, intolerância ao frio, cabelos finos e quebradiços, dentre outros. A incidência desse transtorno é maior em mulheres com início, especialmente, no período da puberdade (OLIVEIRA et al., 2003). Além disso, pacientes com transtornos alimentares como anorexia nervosa estão mais sujeitos a alterações clínico-laboratoriais, tais como desequilíbrios hidroeletrólíticos, arritmias cardíacas e osteoporose. Nesse caso, o exercício físico compulsivo pode contribuir sobremaneira para a morbimortalidade (ASSUNÇÃO; CÓRDAS; ARAÚJO, 2001).

Por outro lado, a bulimia é caracterizada por um comportamento impulsivo do ato de comer e, logo após, utilizar métodos de purgação decorrente do sentimento de culpa. Igualmente, cabe mencionar que o indivíduo com bulimia geralmente tem um peso eutrófico ou sobrepeso, e este transtorno não traz consequências tão graves, no entanto, pode prejudicar gravemente o sistema nervoso (VEIGA; PERONDI; FRIGERI, 2013).

Vale acrescentar que a prática regular de exercícios físicos traz vários benefícios fisiológicos à saúde dos indivíduos, como a manutenção do peso corporal e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (hipertensão arterial, doenças cardiovasculares, dentre outras). Ainda, a atividade física acarreta inúmeros benefícios psicológicos e sociais como a melhora da auto-estima e do convívio social. No entanto, indivíduos com transtornos alimentares acabam utilizando os exercícios físicos como estratégia para auxiliar na perda de peso exagerada (TEIXEIRA et al., 2008). Nesse caso, indivíduos que praticam exercício físico de forma compulsiva, acabam se tornando dependentes desta atividade para manter seu bem-estar geral (ASSUNÇÃO; CÓRDAS; ARAÚJO, 2001).

Assim, o objetivo deste estudo foi investigar a relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes da cidade de São José do Rio Pardo- SP.

2. METODOLOGIA

2.1. Amostra

Foram avaliados 60 indivíduos, sendo 15 jogadoras do sexo Feminino e 15 do sexo masculino, da cidade de São José do Rio Pardo-SP.

2.2. Material

Para realização do teste utilizou-se, o questionário de Atitudes Alimentares (EAT-26), e Imagem Corporal (Body Shape Questionnaire, contendo 36 questões)

2.3. Delineamento Experimental

Inicialmente, a direção do departamento de esporte e cultura-DEC foi comunicado quanto à realização dos testes. Posteriormente, houve a autorização para realização da pesquisa no local e, em seguida, os alunos foram informados a respeito dos objetivos a serem alcançados, da participação voluntária e de que a pesquisa poderia ser interrompida a qualquer momento. Após a orientação, os alunos receberam um termo de consentimento livre e esclarecido, que foi assinado pelo responsável de cada aluno.

A coleta dos dados ocorreu no 4º ano de 2018, a qual avaliou o distúrbio alimentar e a imagem corporal de alunos (as) que praticam futsal, conforme procedimento descrito no item 2.4.

2.4. Procedimentos Metodológicos

Para identificar a presença de distúrbios de atitudes alimentares foi utilizado o teste de atitudes alimentares (Eating Attitudes Test - EAT-26), desenvolvido por Garner e Garfinkel²⁵ validado para o português por Bighetti. ²⁶ O EAT-26 é um instrumento de auto relato, que indica a presença de padrões alimentares anormais. Contém 26 questões de autopreenchimento com seis opções de resposta: sempre, muito frequente, frequentemente, algumas vezes, raramente e nunca, relacionadas à: dieta – 13 itens que refletem recusa a ingestão de comidas de alto teor calórico e preocupações com a forma física; bulimia nervosa – 6 itens que identificam pensamentos sobre comida e atitudes bulímicas; controle oral – 7 itens, que se referem ao autocontrole em relação à comida e reconhecem pressões sociais no ambiente para ganhar peso. A avaliação das respostas é feita por uma escala Likert que varia de sempre (3 pontos) a frequentemente (1 ponto). As demais respostas não são pontuadas (algumas vezes, raramente e nunca), com exceção da questão 4, na qual os pontos são invertidos e “algumas vezes”, “raramente” e “nunca” pontuam 1, 2 e 3 pontos, respectivamente. O ponto de corte do EAT-26 é 21 pontos, sendo que, uma pontuação acima ou igual a 21 pontos indica a possibilidade de desenvolvimento de algum distúrbio de atitude alimentar.

Para avaliar os níveis de insatisfação com a imagem corporal foi utilizado o questionário de imagem corporal (Body Shape Questionnaire – BSQ), desenvolvido por Cooper et al. ²⁷ e validado por Di Pietro. ²⁸ Este instrumento examina o grau de preocupação com a imagem corporal, sendo composto de 34 questões com 6 opções

de respostas que variam de nunca (0) a sempre (5 pontos) e os resultados podem ser classificados em 4 categorias: < 80 pontos: ausência de distorção da imagem corporal; 81 – 110 pontos: leve distorção da imagem corporal; 111 – 140 pontos: moderada distorção da imagem corporal; > 140 pontos: grave distorção da imagem corporal. O escore total é feito através da soma das respostas dos indivíduos.

Após as devidas explicações a respeito do preenchimento, cada aluno respondeu individualmente os questionários. A aplicação durou 25 minutos e a coleta total em torno de um mês. Para análise dos dados utilizou-se frequência absoluta, relativa e acumulada e para as associações aplicou-se teste de qui-quadrado de Pearson, adotando $p < 0,05$.

3. RESULTADOS

Observou-se que dos 60 adolescentes entre 15 e 18 anos participantes do estudo, 50% são do sexo masculino e 50% do sexo feminino. A Tabela 1 apresenta a frequência de adolescentes em relação à distorção de imagem corporal. Observou-se que do total de adolescentes, a grande maioria (75,1%) não apresentou distorção de imagem corporal.

Tabela 1 - Frequência de adolescentes em relação à distorção de imagem corporal

Distorção da Imagem Corporal	Frequência Absoluta	Frequência Relativa	Frequência Acumulada
Sem distorção	34	75,1%	75,1%
Distorção Leve	15	19,1%	82,1%
Distorção moderada	10	7,2%	90%
Distorção grave	1	0,7%	100%
Total	60	100%	100%

A Tabela 2 apresenta a frequência de adolescentes em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Verificou-se também que a grande maioria (90%) dos adolescentes participantes do estudo não apresentou risco para desenvolvimento de transtornos alimentares.

Tabela 2 - Frequência de adolescentes em relação ao risco de desenvolvimento de transtornos alimentares

Transtorno Alimentar	Frequência Absoluta	Frequência Relativa	Frequência Acumulada
Presença de Risco de Transtorno Alimentar	15	11,1%	100%
Ausência de Risco de Transtorno Alimenta	45	95,9%	95,9%
Total	60	100%	100%

A Tabela 3 apresenta a associação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares entre os adolescentes. Foi encontrada associação significativa entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares ($p < 0,0001$).

Tabela 3 - Associação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares

Risco de Transtorno Alimentar	Distorção de Imagem Corporal		p
	Ausência	Presença	
Ausência	33	15	
Presença	2	10	$P < 0,0001^*$

Teste qui-quadrado de *Pearson*-*Associação significativa $p < 0,0001$

Na Tabela 4 é possível observar a associação entre sexo, distorção de imagem corporal e risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Nota-se que tanto para a distorção de imagem corporal ($p < 0,0001$) como para o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares ($p < 0,0001$) as maiores proporções foram observadas nas adolescentes do sexo feminino.

Tabela 4 – Associação entre sexo, distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento transtornos alimentares

	Sexo		p
	Masculina	Feminina	
Distorção de Imagem Corporal			
Ausência	26	12	
Presença	4	18	<0,0001*
Total	30	30	
Risco de Transtorno Alimentar			
Ausência	30	16	
Presença		14	<0,0001*
Total	30	30	

Teste Qui-quadrado de Pearson – *Associação significativa $p < 0,0001$

4. DISCUSSÃO

Os dados mostram prevalência de 41,7% de adolescentes com distorção da imagem corporal, seja por superestimação ou subestimação do tamanho corporal. No estudo de Glaneret al, realizado com 637 adolescentes, foi observado que 60% estavam insatisfeitos com a imagem corporal. Os autores argumentam que os avanços tecnológicos e os meios de comunicação influenciam diretamente nos padrões de beleza, levando a comportamentos inadequados de atividade física e TAs.

Adolescentes do sexo feminino tiveram maiores distorções da percepção da autoimagem, pois é sabido que indivíduos do sexo feminino sofrem maiores pressões sociais para a conquista de um “corpo perfeito”. E, quanto mais o corpo real se distancia do corpo perfeito, maior será a probabilidade de conflito e de baixa autoestima, o que pode exacerbar a insatisfação com o próprio corpo e ocasionar possíveis TAs. Cheung-Lucchese et al comentaram que mulheres se preocupam com o que os outros irão pensar ao olhar para elas e, portanto, buscam se adequar aos modelos mais aceitos socialmente.

Adolescentes do sexo masculino também apresentaram distorções de autoimagem, porém em menor proporção. Além disso, como foi observado, a maioria dos mesmos subestimava seu estado nutricional. Meninos também podem apresentar obsessão pelo corpo perfeito, o que atualmente se enquadra em quadros de vigorexia nervosa, transtorno no qual o adolescente realiza práticas esportivas de forma intensa e contínua para ganhar massa muscular e definição corporal sem se importar com eventuais consequências prejudiciais à saúde. Os vigorexicos se consideram “fracos,” “raquíticos,” “frangos” ou “mirrados,” recorrendo cada vez mais a anabolizantes e a exercícios intensos na tentativa de alcançar a silhueta “ideal”.

Vilela et al. encontraram resultados semelhantes no estudo desenvolvido com adolescentes de escolas públicas de cidades do interior de Minas Gerais, com idade entre 7 e 19 anos, no qual 13,3% dos adolescentes apresentaram algum tipo de transtorno alimentar. Porém, Dunker e Philippi ao investigar a prevalência de sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes do sexo feminino com idade entre 15 a 18 anos da cidade de São Paulo, encontraram que 21,1% têm o risco de desenvolverem transtornos alimentares, um percentual maior do que o encontrado na presente investigação, mas destaca-se que no estudo citado a população analisada foi composta apenas por meninas.

Assim como neste estudo, Ferriani et al. também investigaram a percepção dos adolescentes sobre seu corpo, mas utilizando a percepção diante do espelho. Os adolescentes participantes da pesquisa apresentaram sobrepeso ou obesidade e tal condição afetou a imagem que os jovens tinham de si mesmos, uma vez que apresentaram sentimentos conflituosos em relação ao seu corpo, manifestando o receio de se olharem no espelho devido à insatisfação corporal e à rejeição do próprio corpo. Não foi possível investigar se os adolescentes que apresentaram distorção de

imagem corporal tinham sobrepeso ou obesidade, e esta é uma limitação do presente estudo, pois estar acima do peso corporal pode contribuir para o aparecimento de distorção de imagem corporal, ainda que não seja o determinante, uma vez que até em populações de atletas é possível visualizar tal condição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A aparência do corpo exerce uma grande influência na vida dos indivíduos, pois a imagem corporal determina a maneira como se relacionam, social e profissionalmente, assim como a visão que se tem da própria imagem. A busca pelo bom desempenho, as pressões externas dos técnicos, treinadores, patrocinadores, familiares e padrão corporal exigido para a modalidade acarreta estresse físico e mental nos atletas, favorecendo a distorção da imagem e comportamentos de risco alimentar.

A prevalência de distorção de imagem corporal foi considerada alta e o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares baixo. No entanto, notou-se uma associação entre essas variáveis, a qual indica que quem apresenta distorção de imagem corporal também tem risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares e vice-versa; tal relação é mais evidente nas meninas do que nos meninos, indicando que estas, mesmo sendo habitantes da cidade de São José do Rio Pardo - SP, mais predisponentes à distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Diante da importância do tema para a saúde desses adolescentes, são necessárias medidas de intervenção junto aos escolares na tentativa de auxiliá-los em uma melhor aceitação do seu corpo. Profissionais da área da saúde tornam-se importantes interlocutores no processo de conscientização desses alunos, podendo promover campanhas educativas, palestras, aulas explicativas sobre as mudanças do corpo na adolescência e sobre os riscos que comportamentos relacionados aos transtornos alimentares e distorção de imagem corporal podem acarretar para a vida destes adolescentes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AERTS D, CHINAZZO H, SANTOS JAD, OSEROW NR. Percepção da imagem corporal de adolescentes escolares brancas e não brancas de escolas públicas do Município de Gravataí, Estado do Rio Grande do Sul, Brasil. *Epidemiol Serv Saude* 2011;20(03):363–372

ASSUNÇÃO, S. S. M.; CÓRDAS, T. A.; ARAÚJO, L. A. S. B. Atividade física e transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo*, v. 29, n. 1, p. 65-74, 2001.

BOSI, M. L. M.; OLIVEIRA, F. P. Comportamentos bulímicos em atletas adolescentes corredoras de fundo. *Revista Brasileira de Psiquiatria, São Paulo*, v. 26, n. 1, p. 32-34, mar. 2004.

BRAGA, P. D.; MOLINA, M. C. B; CADE, N. V. Expectativas de adolescentes em relação a mudanças do perfil nutricional. *Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro*, v. 12, n. 5, p. 1221-1228, 2007.

BRANCO, L. M.; HILÁRIO, M. O. E.; CINTRA, I. P. Percepção e insatisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo*, v. 33, n. 6, p. 292-296, 2006.

Corseuil MW, Pelegri A, Beck C, Petroski EL. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. *J Phys Educ* 2009;20 (01):25–3.

Cheung-Lucchese T, Alves CS. Percepção do Corpo Feminino e os Comportamentos de Consumo de Serviços de Estética. *Revista Organizações em Contexto*. 2013;9(18):271–294.

DI PIETRO, M. C. Validade interna, dimensionalidade e desempenho da escala BSQ – “Body Shape Questionnaire” em uma população de estudantes universitários. 2002. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, 2002.

Ferreira MEC, de Castro APA, Gomes G. A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado. *Rev Bras Ciênc Esporte* 2005;27 (01):167–182

FERRIANI, M. G. C. et al. Autoimagem corporal de adolescentes atendidos em um programa multidisciplinar de assistência ao adolescente obeso. *Revista Brasileira de Saúde Materno-Infantil, Recife*, v. 5, n. 1, p. 27-33, 2005.

GARNER, D. M. et al. Eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, Cambridge, v. 12, p. 871-878, 1982.

Glaner MF, Pelegrini A, Cordoba CO, Pozzobon ME. Associação entre insatisfação com a imagem corporal e indicadores antropométricos em adolescentes. *Rev Bras Educ Fís Esporte* 2013;27 (01):129–136.

HAAS, A. N.; GARCIA, A. C. D.; BERTOLETTI, J. Imagem corporal e bailarinas profissionais. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 183-185, mai./jun. 2010.

NUNES, M. A. et al. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 21-27, 2001.

OLIVEIRA, F. P. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em atletas. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 6, p. 348-356, 2003.

Rocha M. Vigorexia: um distúrbio da imagem corporal. *EFDeportes.com*. Revista Digital Buenos Aires-Ano. 2013

SAIKALI, C. J.; SOUBHIA, C. S.; SCALFARO, B. M.; CORDAS, T. A. Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica*, São Paulo, v. 31, n. 4, p. 164-166, 2004.

TEIXEIRA, P. C. et al. Prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica*, São Paulo, v. 36, n. 4, p. 145-152, 2008.
TOSSATI, A. M.; PERES, L.; PREISSILER, H. Imagem corporal e as influências para os transtornos alimentares nas adolescentes jovens. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 1, n. 4, p. 34-47, 2007.

VEIGA, S. J.; PERONDI, J.; FRIGERI, E. R. Imagem corporal nos transtornos alimentares: bulimia e anorexia. *Revista Digital*, Buenos Aires, v. 18, n. 185, p. 10-15, 2013.

VILELA, J. E. M. et al. Transtornos alimentares em escolares. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, v. 80, n. 1, p. 49- 54, 2004.