

RELAÇÃO ENTRE ATITUDES ALIMENTARES E IMAGEM CORPORAL EM ESCOLARES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO DO IFCE, CAMPUS LIMOEIRO DO NORTE-CE

Marcos Venício Cavalcante¹, Luis Felipe Carvalho Gomes¹, Mateus Lucas da Silva¹, Rômmulo Celly Lima Siqueira¹, Cicero Luciano Alves Costa¹

RESUMO EXPANDIDO

INTRODUÇÃO

De acordo com Botelho (2006), hábitos alimentares podem ser definidos como códigos que extrapolam o ato de comer, sendo modificados ao longo do tempo e estão diretamente relacionados as condições sociais dos indivíduos, ao desenvolvimento cultural e regional de cada lugar. É de extrema importância ter atitudes alimentares saudáveis, pois os mesmos propiciam ao organismo humano condições para uma vida com saúde, auxiliando no crescimento e desenvolvimento dos sujeitos. Além disso, a mudança de hábitos alimentares favorece os adolescentes, fazendo com que estes tenham maior disposição nas atividades diárias, assim melhorando o rendimento escolar (VALENGA, 2013).

Sabe-se que muitos transtornos alimentares são advindos da má alimentação e da percepção que os indivíduos têm do seu próprio corpo. Segundo Caram e Lomazi (2012), os adolescentes buscam, frequentemente, uma imagem corporal idealizada e quando isso associa-se à uma alimentação indevida, pode causar desequilíbrios nutricionais capazes de lesar sua saúde e seu desenvolvimento. Deste modo, percebe-se que é importante manter bons hábitos alimentares para além de uma boa aparência estética, visando também melhores condições ao desenvolvimento saudável do indivíduo.

Para Adami *et al* (2005), a imagem corporal está relacionada ao modo como o indivíduo se auto avalia, podendo sofrer interferências de acordo com o meio social em que está incluído. Com isso, Coqueiro *et al* (2008) destaca que na adolescência, as transformações físicas passam a expressar significados relevantes para os jovens, tornando-se influentes na aceitação do próprio corpo em meio aos grupos em que convive. A assimilação da imagem corporal pode ser indicada como uma ilustração na mente que se tem sobre o tamanho do corpo e também sobre os sentimentos associados aos traços afetivos, cognitivos, perceptivos e comportamentais. Diante do que foi exposto acima, o presente estudo tem como objetivo relacionar os hábitos alimentares com a imagem corporal de escolares do ensino médio integrado do IFCE, *Campus* Limoeiro do Norte-CE.

METODOLOGIA

Participaram do estudo 55 escolares com idades entre 14 e 21 anos (16,1±0,99), sendo 23 do sexo feminino e 40 do sexo masculino, sendo todos alunos do ensino médio integral de uma instituição de ensino federal do município de Limoeiro do Norte. Todos os participantes aceitaram a participação na pesquisa (assinando o Termo de Assentimento) e os responsáveis legais assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, consentindo a participação.

Utilizou-se o questionário de autorrelato de atitudes alimentares (*Eating Attitudes Test - EAT-26*) desenvolvido por Garner *et al* (1982) para investigação da prevalência de transtornos alimentares. O presente questionário é utilizado amplamente na avaliação de sintomas e preocupações com hábitos alimentares anormais. O mesmo apresenta 26 questões na forma de escala de pontos de Likert (com as seguintes pontuações: “sempre” = 3; “muitas

¹ Curso de Licenciatura em Educação Física – IFCE *Campus* Limoeiro do Norte / E-mail: marcos_venicio14@hotmail.com

vezes” = 2; “frequentemente” = 1; “poucas vezes”, “quase nunca” e “nunca” = 0). É válido ressaltar que a questão 25 possui uma pontuação invertida, onde as alternativas “sempre”, “muitas vezes” e “frequentemente” são quantificadas com pontuação 0, enquanto a resposta “poucas vezes” apresenta quantificação de 1, “quase nunca” quantificação de 2 e “nunca” valor 3. A soma das respostas dos itens aponta o resultado, onde a variação é classificada entre 0 a 78 pontos, e quanto maior o resultado, maior o risco de desenvolvimento de Transtorno Alimentar, sendo o escore 21 o ponto de corte. O questionário avalia diferentes fatores do comportamento alimentar, dividindo-se em três subescalas: com 13 itens de avaliação da dieta; 6 itens para mensurar bulimia e preocupação com alimentos; e, 7 itens de autocontrole oral (GARNER et al, 1982 Apud FORTES et al, 2016).

Para avaliação da imagem corporal utilizou-se o Teste de Escala de Silhuetas - CDS que permite avaliar o componente perceptivo. Tal teste foi criado e validado para população brasileira por Kakeshita (2008), utilizando-se da acurácia (percepção) da IC dos praticantes. O mesmo consiste em 15 cartões para cada grupo (feminino e masculino), no qual cada imagem corresponde a um IMC variando de (12,5- 47,5 kg /m²). Os cartões possuem 6,5 cm de largura por 12,5 de altura, com uma figura central contornada por uma margem de 0,5 cm seguindo as orientações. Os cartões foram exibidos de forma ascendente durante a coleta e para cada praticante foi solicitado a escolha de um cartão com a imagem que correspondesse a sua silhueta atual - (S.A). logo em seguida solicitou-se que o fosse escolhida a silhueta que o avaliado considerava ideal (S.I) (KAKESHITA, 2008).

A análise dos dados se deu com medidas descritivas distribuição de frequência relativa e absoluta. Utilizou-se estatística inferencial para verificar relações entre as atitudes alimentares e a (in)satisfação com a autoimagem corporal através do teste de correlação se *Spearman*. O nível de significância adotado foi de 5%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesse tópico da presente pesquisa, serão expostos os resultados dos dados que foram coletados com os 55 escolares participantes, estes foram transformados em gráficos para melhor apreciação. Dentre os 55 indivíduos que faziam parte da amostra do estudo, 36 (65,45%) eram do sexo masculino e 19 (34,55%) eram do sexo feminino.

Na figura 1, estão quantificados a distribuição de frequência da satisfação da imagem corporal em função do sexo. Onde após a análise dos dados notou-se que houve maior insatisfação com a imagem corporal nos escolares masculinos cuja taxa foi de 62,5%, sendo que no público feminino foi de 47,8%. Corroborando assim com o estudo de Dantas *et al.* (2017) com adolescentes de 10 a 12 anos, em que também se constatou uma insatisfação corporal maior nos garotos (63,8%) do que nas garotas (61,6%).

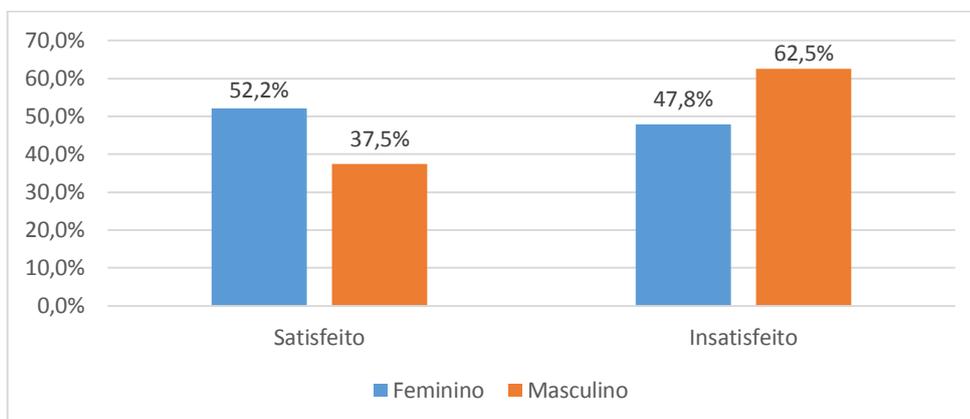


Figura 1 – Distribuição de frequência da satisfação da imagem corporal em função do sexo.

Na figura 2, estão representados os resultados da distribuição de frequência da satisfação da imagem corporal em relação ao risco de transtornos alimentares para os sexos feminino e masculino. Nesta figura, pode-se perceber que 47 (85,45%) dos 55 escolares envolvidos na pesquisa não tinham risco de ter transtornos alimentares (TA), enquanto que 8 (14,55%) corriam risco de ter transtornos alimentares. Dentre esses 47 indivíduos que não sofriam risco de TA, 13 (27,66%) eram do sexo feminino e 34 (72,34%) eram do sexo masculino. Já dos 8 indivíduos que sofriam risco de TA, 6 (75%) eram do sexo feminino e 2 (25%) eram do sexo masculino. Como podemos notar uma inversão ao resultado observado para satisfação com imagem corporal, onde o grupo masculino apresentou mais insatisfação.

Demonstrando de forma mais detalhada tais dados, tem-se que das mulheres que não tinham risco de ter algum TA, 5 estavam com desejo de aumentar sua silhueta, 6 estavam satisfeitas com sua imagem corporal e 2 tinham desejo de diminuir sua silhueta. Em relação aos homens que estão englobados na referida categoria, 10 queriam aumentar, 15 estavam satisfeitos e 9 queriam diminuir. Levando em consideração a classificação dos que tinham risco de vir a ter algum TA, 3 das participantes femininas estavam satisfeitas e 3 desejavam diminuir. Já dos participantes masculinos, 1 estava satisfeito e 1 desejava diminuir.

Resultados parecidos foram encontrados no estudo de Pinto e Quadrado (2018), que foi realizado com 111 acadêmicos da área da saúde, e neste apenas 21 (18,9%) participantes se encontravam dentro do grupo que tinham risco de vir a ter transtornos alimentares. Sendo que destes 21, a maioria era composta por mulheres, onde 19 (90,48%) eram participantes deste sexo, corroborando também com o presente estudo visto que a parcela maior do grupo de risco era de indivíduos do sexo feminino.

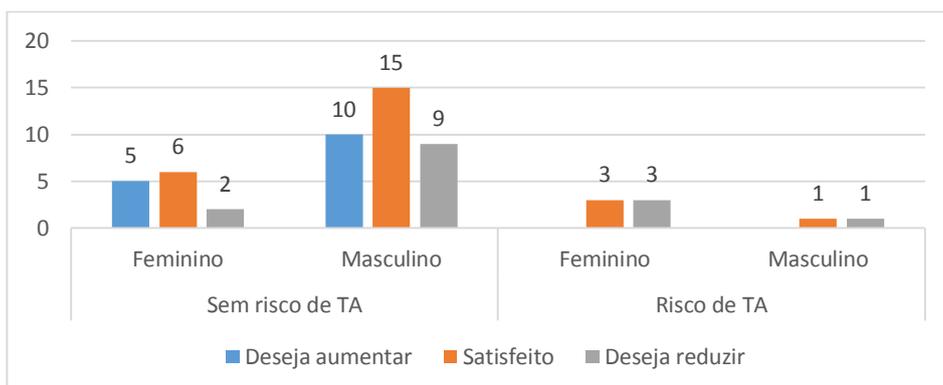


Figura 2 – Distribuição de frequência da satisfação em relação ao risco de transtornos alimentares para os sexos feminino e masculino.

O teste de correlação de *Spearman* apontou uma correlação positiva e fraca ($r = 0,279$; $p = 0,039$), mas significativa entre a satisfação com a autoimagem e as atitudes alimentares. Segundo este resultado é possível inferir que quanto maior a insatisfação com a imagem corporal maior o risco de desenvolver transtornos alimentares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Presente tema da pesquisa vem sendo bastante pesquisado, e os resultados da pesquisa em questão, demonstraram o fato dos adolescentes apresentarem riscos de desenvolvimento de transtornos alimentares pode estar associada ao sentimento em relação a sua auto percepção corporal, sendo que quanto mais insatisfeito com sua imagem corporal o indivíduo for, maiores são as chances que ele tem de ter transtornos alimentares.

Recomenda-se que as relações entre os hábitos alimentares e a satisfação com a imagem corporal sejam abordadas no currículo da Educação Física na escola, principalmente no ensino médio, uma vez que esta população está mais propensa a influência da mídia e de modismos relacionados a determinados padrões de beleza.

REFERÊNCIAS

- ADAMI, F. *et al.* Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. **efdeportes.com / Revista Digital**, Buenos Aires, v. 10, n. 83, abr, 2005.
- BOTELHO, R. **Culinária Regional: o Nordeste e a alimentação saudável**. 2006. 192f. Tese (Doutorado em Nutrição) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília. 2006.
- CARAM, A. L. A., LOMAZI, E. A. Hábito alimentar, estado nutricional e percepção da imagem corporal de adolescentes. **Revista Adolescência e Saúde**, v.9, n. 2, p. 21-29, abr/jun, 2012.
- COQUEIRO, R. S.; PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; BARBOSA, A. R. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com o estado nutricional em universitários. **Rev Psiquiatr Rio Gdo Sul**. v. 30, n. 1, 31-8, 2008.
- DANTAS, R. P. N. C. *et al.* Satisfação da imagem corporal em adolescentes com diferentes estágios de maturação. **J Hum Growth Dev**. v. 27, n. 3, p. 300-306, 2017.
- FORTES, L. S. et al. Qualidades Psicométricas do Eating Attitudes Test (EAT-26) para adolescentes brasileiros do sexo masculino. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 32, n.3, 2016.
- GARNER, D. M.; OLMSTED, M. P.; BOHR, Y; GARFINKEL, P. E. the eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. **Psychol Med**. v. 12 n. 4, 871-8, Nov, 1982.
- KAKESHITA, I. S. **Adaptação e validação de Escalas de Silhuetas para crianças e adultos brasileiros**. Tese apresentada a faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da USP, 2008.
- PINTO, D. C. D; QUADRADO, R. P. Imagens em construção: satisfação corporal e transtornos alimentares em acadêmicos da área da saúde. **RELACult**. v. 04, n. 759, fev., 2018.
- VALENGA, Luciane Regina. A prática de hábitos alimentares saudáveis para melhoria da qualidade de vida. In: PARANÁ. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência de Educação. **Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE**, 2013. V1. (Cadernos PDE). ISBN 978-85-8015-076-6.