

**ESTADO NUTRICIONAL E PREVALÊNCIA DA INSATISFAÇÃO  
CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UM CENTRO  
UNIVERSITÁRIO DE VÁRZEA GRANDE – MATO GROSSO**

Amanda de Moraes GODOY<sup>1</sup>

Hellen Azuaga BENDER<sup>1</sup>

Yssao Francisco Maluf SASAKI<sup>1</sup>

Kariny Cassia de SIQUEIRA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG).

<sup>2</sup>Mestre em Biociências. Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). E-mail:  
kariny.siqueira@uniwag.edu.br

## RESUMO

**Introdução:** A imagem corporal é caracterizada pela representação mental da percepção do indivíduo acerca de medidas, aparência e contornos do corpo. A percepção da imagem corporal consiste em um componente subjetivo que leva a uma autoaceitação ou não do indivíduo com partes específicas do seu corpo. Nesse contexto, o estereótipo de corpo ideal sofreu mudanças nos últimos anos, onde a diferença da imagem altera entre ambos os sexos, o padrão de beleza idealizado muitas vezes não consegue ser alcançado pelos indivíduos, o que essa realidade gera então frustração, diminuição da autoestima e discriminação, o que favorece a criação de condições para o distúrbio. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional e a prevalência de insatisfação corporal em acadêmicos do curso de Nutrição de um centro universitário de Várzea Grande – Mato Grosso. **Metodologia:** A presente pesquisa tratou-se de um estudo transversal com abordagem quantitativa, tendo como participantes universitários de nutrição de uma universidade privada de Várzea Grande. Foi aplicado um questionário de autorrelato de peso, altura, idade, semestre e imagem corporal. **Resultados:** A amostra foi composta por 45 participantes, que em relação aos dados do estado nutricional verificado pelo IMC, obteve-se 2,22% (n = 1) da amostra apresentando magreza, 60% (n = 27) dos participantes apresentaram eutrofia, 26,67% (n = 12) apresentaram sobrepeso e 6,7% (n = 5) apresentaram obesidade. Além disso pelo BSQ 53,3% (n = 24) não apresentaram insatisfação corporal, 17,8% (n = 8) apresentaram insatisfação leve, 22,2% (n = 10) insatisfação moderada e 6,7% (n = 3) insatisfação grave. **Conclusão:** Apesar da maior parte da amostra ter apresentado o nível ausente para a insatisfação corporal, os resultados revelaram que uma parte dos alunos da graduação de nutrição relatou insatisfação com sua aparência física, e alguns destes não possuindo relação direta com o IMC acima do considerado padrão. Isso sugere que a insatisfação corporal não está necessariamente ligada apenas a questões de peso, e que esta pode depender de fatores como a pressão social, a comparação com padrões estéticos irrealistas e, principalmente, as próprias expectativas pessoais e forma como se vê.

**Palavras-Chave:** Insatisfação Corporal; Saúde.

## INTRODUÇÃO

A imagem corporal é caracterizada pela representação mental da percepção do indivíduo acerca de medidas, aparência e contornos do corpo. A maneira como se percebe o próprio corpo é influenciada por fatores de aspectos cognitivos, culturais e fisiológicos, como por imagens da sua mente, pensamentos, sentimentos, ou até mesmo por experiências vividas (LACERDA *et al.*, 2018; ALVES *et al.*, 2017). A percepção da imagem corporal consiste em um componente subjetivo que leva a uma autoaceitação ou não do indivíduo com partes específicas do seu corpo (LACERDA *et al.*, 2018).

Nesse contexto, o estereótipo de corpo ideal sofreu mudanças nos últimos anos, onde passou a ser definido como uma magreza exacerbada para as mulheres e um corpo musculoso para os homens, padrão de beleza este idealizado que, muitas das vezes, não consegue ser alcançado (ALVES *et al.*, 2017), e essa realidade gera uma situação de frustração, diminuição de autoestima e discriminação, o que favorece e cria uma condição propícia para distorções na percepção da imagem corporal (LOPES *et al.*, 2022).

Assim, ao se estabelecer e estar em uma condição propícia, a tamanha insatisfação e baixa autoestima podem acarretar problemas emocionais que levam a um quadro de ansiedade, depressão e transtornos alimentares, sendo anorexia e bulimia os mais frequentes, tendo o distúrbio de imagem corporal como um núcleo para o desenvolvimento destes (FERNANDES *et al.*, 2017). Tais distúrbios tem como característica comum um sofrimento excessivo com o peso e medo de engordar, insatisfação com o formato do corpo e preocupação com os alimentos, o que leva a dificuldades para a constância de uma alimentação saudável, no qual, a partir disso, podem levar a utilização de métodos purgativos, causando prejuízos biológicos, psicológicos e um grau de morbi mortalidade e morbidade significativos (ARATANGY & BUONFIGLIO, 2017).

Estudo indica que a insatisfação com o próprio corpo é mais evidente em adolescentes e esta é influenciada e facilitada por inúmeros fatores, tendo o que se destaca, entre eles, o acesso à mídia, principalmente às redes sociais, pela exposição a figuras idealizadas pela mesma, e a busca constante de uma característica física diferente da real (PINHO *et al.*, 2019). Além desses fatores, os adolescentes são descritos como indivíduos mais suscetíveis a mudanças de comportamento por estarem próximos da vida adulta, além de ser um período que também envolve rápidas alterações morfológicas e psicossociais. Uma grande mudança nesse período que pode ser destacada é o ingresso na universidade, no qual há novas relações sociais que se somam a obrigações acadêmicas e profissionais, que podem levar a uma

sobrecarga e desencadear, assim, um estilo de vida menos saudável (PINHO *et al.*, 2019; ALVES *et al.*, 2017).

Os universitários da área da saúde estão em contato constante com o conhecimento sobre alimentação, informações para obtenção de saúde, bem-estar e qualidade de vida. Sendo assim, tais estudantes estão em um ambiente que favorece a preocupação constante com a imagem corporal, visto que se sentem sujeitos a expectativas sociais e expostos a críticas sobre seu peso e/ou forma física, o que pode ou não desencadear episódios de insatisfação corporal (PAIVA *et al.*, 2017).

Diante do exposto, o objetivo do estudo foi avaliar o estado nutricional e a prevalência de insatisfação corporal nos acadêmicos do curso de Nutrição de um Centro Universitário do município de Várzea Grande - MT.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente estudo foi realizado em um Centro Universitário no município de Várzea Grande - MT. Tratou-se de um estudo de corte transversal no qual foram coletados dados pessoais e autorrelatados de 45 universitários de ambos os sexos, com faixa etária acima de 18 anos do curso de nutrição, amostra por conveniência, dos períodos matutino e noturno, de todos os semestres. Não foram elegíveis para participar da pesquisa gestantes, lactantes, por qualquer estresse ou desconforto emocional gerado pelo questionário poder ocasionar alguma complicação durante este período, portadores de deficiência física, devido a sua particularidade poder afetar de maneira negativa a sua saúde mental por se comparar com outros acadêmicos, e os que não souberam ou não quiseram relatar as informações que se faziam necessárias para o estudo.

Os participantes responderam ao questionário adaptado (ANEXO A) sobre imagem corporal “*Body Shape Questionnaire (BSQ)*” de COOPER, *et al.*, (1987) e traduzido por SILVA, *et al.*, (2016), além de relatarem o semestre cursado, idade, peso e altura, via App Google Forms. Como parâmetro de análise do BSQ, é feito uma numeração de cada questão, sendo avaliados de 1 a 6, começando do nunca até que chegue ao sempre, para então ser feito a soma dos resultados, podendo dar entre 35 a 210, esses valores são divididos em níveis pré-estabelecidos pelo autor, sendo esses níveis separados de tal maneira: com valor inferior a 110 pontos, o indivíduo não apresentava nenhuma insatisfação corporal; entre 110 e 137 pontos o participante apresentava insatisfação leve; 138 a 167 pontos insatisfação moderada e acima de 167 já era considerada insatisfação grave.

Com os dados de peso e altura autorrelatado, foi realizado o cálculo do índice de massa corporal (IMC), que leva em consideração o peso dividido pela altura ao quadrado,  $IMC = \frac{peso}{altura^2}$ . Dessa forma foi obtido o estado nutricional de acordo com a proposta pela *World Health Organization* (WHO, 2000).

Desta forma, com as informações tabuladas, foi feita uma comparação na qual a intenção foi verificar se o IMC tem relevância na insatisfação corporal, podendo assim afirmar se foi um parâmetro que levou os indivíduos a ter insatisfação corporal.

O presente projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP) do Centro Universitário Várzea Grande, com o número de parecer 5.893.397/2023.

Os estudantes participantes da pesquisa assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em linguagem clara e compreensível, onde foram explicados todos os objetivos e justificativa do estudo.

Os dados coletados pelo Google Forms com o questionário Body Shape Questionnaire (BSQ) foram repassados e analisados no programa Microsoft Office Excel, ano 2019, onde foi aplicada a análise estatística descritiva através da porcentagem para verificar a prevalência da insatisfação corporal no curso de Nutrição e sua relação com o IMC.

## RESULTADOS

A amostra foi composta por 45 participantes que responderam ao questionário. Com relação aos dados do estado nutricional verificado pelo IMC, obteve-se 2,22% (n = 1) da amostra apresentando magreza, 60% (n = 27) dos participantes apresentaram eutrofia, 26,67% (n = 12) apresentaram sobrepeso e 6,7% (n = 5) apresentaram obesidade, conforme a tabela 1.

**Tabela 1.** Estado nutricional de alunos do curso de Nutrição de acordo com a classificação do IMC.

| Índice de Massa Corporal (IMC) |    |             |
|--------------------------------|----|-------------|
| Estado Nutricional             | n  | Porcentagem |
| Magreza                        | 1  | 2,22%       |
| Eutrofia                       | 27 | 60%         |
| Sobrepeso                      | 12 | 26,67%      |
| Obesidade                      | 5  | 11,11%      |
| Total                          | 45 | 100%        |

Fonte: Elaboração Própria.

Com base na análise do BSQ apresentado na tabela 2, foram encontrados os seguintes resultados: dos 45 participantes, 24 apresentaram ausência de insatisfação corporal, totalizando 53,3%; 8 participantes com leve insatisfação, totalizando 17,8%; 10 participantes com insatisfação moderada, totalizando 22,2% e 3 participantes com insatisfação grave, totalizando 6,7%.

**Tabela 2.** Insatisfação corporal de alunos do curso de Nutrição.

| Insatisfação corporal |            |             |
|-----------------------|------------|-------------|
| Escala                | Quantidade | Porcentagem |
| Ausência              | 24         | 53,3%       |
| Leve                  | 8          | 17,8%       |
| Moderada              | 10         | 22,2%       |
| Grave                 | 3          | 6,7%        |
| Total                 | 45         | 100%        |

Fonte: Elaboração Própria.

Relacionando a insatisfação corporal com o IMC, observa-se que na magreza não há alteração com relação a insatisfação corporal, sendo este índice, então, representado por 0%. Na eutrofia, estado nutricional este que seria o modelo do indivíduo, encontramos o maior número de participantes insatisfeitos, totalizando 22,22% (n=10) dos participantes com algum nível de preocupação com estado físico. No sobrepeso, 15,56% (n=7) apresentaram algum nível de insatisfação e na obesidade 8,89% (n=4) demonstraram-se descontentes com seus corpos, resultados estes demonstrados através da figura 1.

**Tabela 3.** Níveis de insatisfação corporal e estado nutricional de alunos do curso de Nutrição

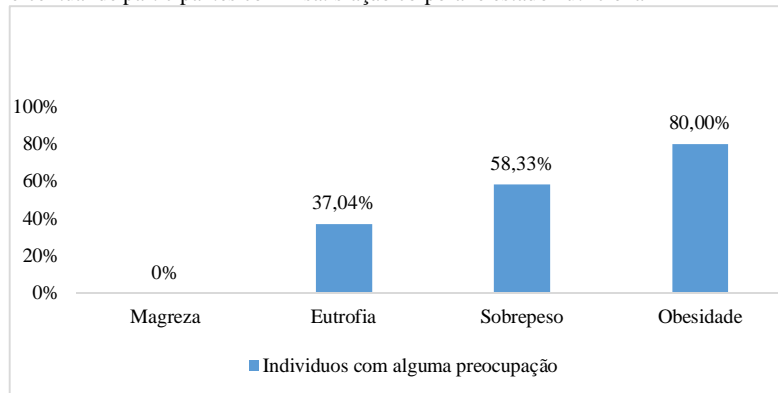
|     |           | Insatisfação corporal |      |          |       |       |
|-----|-----------|-----------------------|------|----------|-------|-------|
|     |           | Ausência              | Leve | Moderada | Grave | Total |
| IMC | Magreza   | 1                     | -    | -        | -     | 1     |
|     | Eutrofia  | 17                    | 5    | 3        | 2     | 27    |
|     | Sobrepeso | 5                     | 2    | 4        | 1     | 12    |
|     | Obesidade | 1                     | 1    | 3        | -     | 5     |
|     | Total     | 24                    | 8    | 10       | 3     | 45    |

Fonte: Elaboração Própria.

É importante que todos os estados nutricionais sejam analisados de forma individual a fim de que se possa observar a prevalência da insatisfação corporal dentro de cada um e, assim, mensurar quais desses possuem os menores e maiores números de insatisfeitos baseados no quantitativo de cada grupo, que pode ser visto na figura 1.

**[SA1] Comentário:** Também vale a pena a discussão da ausência de insatisfação. Foi o maior percentual de vcs, independente do IMC. Será que essa insatisfação ainda é tão grande? Ou o empoderamento, o feminismo e etc, vem trazendo a ideia de "respeito"

**Figura 1** - Percentual de participantes com insatisfação corporal e estado nutricional



Fonte: Elaboração Própria.

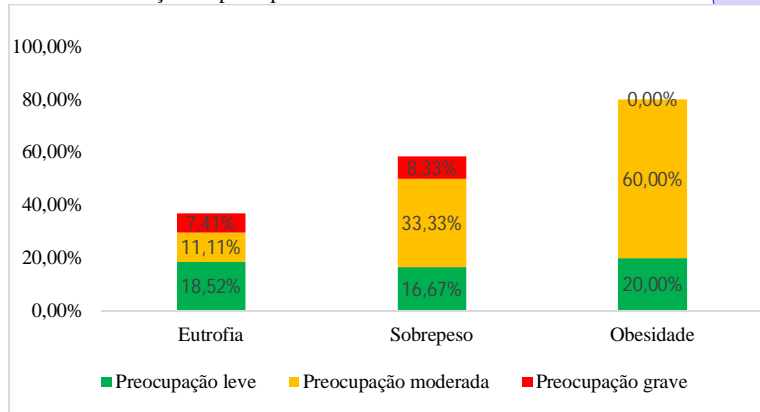
Dito isso, ao analisar exclusivamente a insatisfação corporal em seus graus de preocupação, como pode ser visto na figura 2, pode-se observar que na eutrofia obteve um total de 10 participantes que demonstraram algum nível de insatisfação, representando 37,04%, estes distribuídos em 18,52% com preocupação leve, 11,11% com preocupação moderada e 7,41% com preocupação grave, sendo este estado nutricional composto pelo menor número de insatisfeitos.

Contudo no sobrepeso, há um percentual de indivíduos insatisfeitos maior, totalizando 58,33% referente a 7 participantes com alguma preocupação da imagem corporal, distribuídos em 16,67% destes com preocupações leves, 33,33% com preocupações moderadas e 8,33% com preocupações graves.

Na obesidade, foi observado um total de 80% de insatisfação corporal, totalizando 4 indivíduos nesse estado nutricional, possuindo, então, o maior percentual de participantes insatisfeitos, dos quais 20% apresentaram preocupações leves e 60% apresentaram preocupações moderadas.

[SA2] Comentário: Ficou confuso esses 2 paragrafos

**Figura 2** – Níveis de insatisfação corporal por estado nutricional dos estudantes do curso de Nutrição



Fonte: Elaboração Própria.

## DISCUSSÕES

A percepção individual do corpo é definida como imagem corporal, a qual é multifatorial, sendo estes a convivência social e cultural, o psicológico do indivíduo, o emocional, a idade, o ambiente em que se convive e, principalmente, a percepção errônea do próprio tamanho, forma ou peso corporal (COQUEIRO, 2008; LEÃO, 2021).

Os estudantes e profissionais da área da saúde, com mais foco na Nutrição, possuem maiores cobranças em relação a imagem corporal a ser passada aos indivíduos pelo fato destes últimos criarem expectativas devido a área de atuação e estudo estar vinculada com conhecimentos sobre alimentação, saúde e qualidade de vida. Dessa forma, por se submeterem a tais expectativas e possivelmente críticas, episódios de distorção de imagem e insatisfação a respeito do próprio peso e aparência corporal podem ocorrer (LOPES *et al.*, 2022).

Com os dados obtidos através do cálculo de IMC e classificação do estado nutricional dos indivíduos, foi possível analisar que a maioria dos participantes se encontravam em eutrofia, seguido posteriormente por sobrepeso, obesidade e, por último, magreza. Não foi encontrado na literatura estudos com resultados totalmente compatíveis ao da presente pesquisa, no entanto, os dados Melo & Costa (2021) também revelaram uma maior incidência de eutróficos nos participantes.

O curso de nutrição promove aos estudantes o convívio com alimentos e conhecimento sobre eles, estudos sobre alimentação saudável e emagrecimento, o que é uma possível explicação para o maior índice de estudantes nesse estado nutricional, visto que no estudo de Melo & Costa foi aplicado um questionário de frequência alimentar (QFA) para avaliação do

**[SA3] Comentário:** Esse gráfico consegue ser abordado de outras maneiras e acho válido a ideia de que n teve insatisfação na magreza, porém só tinha 1 participante.

Outro ponto.... Pq NINGUEM dentro da obesidade tinha preocupação grave com o corpo. São pontos interessantes

**[SA4] Comentário:** É uma definição bem "precisa". Não existe uma referencia mais atualizada? Os "padrões mudaram e as definições tbm

consumo alimentar dos participantes, no qual foi constatado que grande parte dos estudantes da graduação fazem dieta e, dessa forma, possuem uma ingestão alimentar mais saudável, mostrando que os conhecimentos adquiridos durante o curso são efetivos e auxiliam os acadêmicos a manter ou adquirir uma educação alimentar.

O questionário BSQ que foi aplicado, avalia a percepção do tamanho e forma corporal do indivíduo em relação aos seus corpos. No grupo analisado foi observado que na classificação dos níveis de insatisfação (ausente, leve, moderado e grave), mais da metade da amostra se mostrou ausente, seguidos de moderada, leve e, por último, insatisfação grave. Através dos dados adquiridos na avaliação do BSQ e das classificações de IMC, observou-se um maior número de pessoas eutróficas, porém estas apresentando o menor nível de insatisfação corporal entre os participantes da pesquisa, o que pode ser explicado em razão do próprio curso pesquisado, que visa uma maior compreensão sobre alimentação saudável, saúde e bem estar, bem como o maior empoderamento nos dias atuais, que trazem uma ideia aceitação e respeito consigo mesmo e com a própria aparência.

Entretanto, em termos relativos, na obesidade, que possuía o menor número de participantes, foi obtido um maior percentual de insatisfação em comparação com os eutróficos e os sobrepesos, o que nos leva a acreditar que o IMC pode ter influência na insatisfação, porém não sendo este o único influente.

O estudo de Yao *et. al* (2002) mostrou que indivíduos classificados como eutróficos de acordo com o IMC podem apresentar elevado percentual de gordura, bem como outros com diagnóstico de obesidade, avaliado pelo mesmo índice, podem estar com os limites dentro da normalidade, quando feita avaliação corporal pelo método de adipometria. Sendo assim, o IMC é um parâmetro de precisão discutível para determinação da composição e gordura corporal, visto que leva em conta apenas peso e altura, deixando de lado outras questões que podem afetar, tais como sexo, raça, idade e percentual de massa muscular. Porém, ainda assim, é um método válido e muito utilizado.

Além disso, foi observado que o percentual de ausentes para insatisfação diminuía a medida que havia o aumento da classificação do estado nutricional, e os demais percentuais (leve, moderado e grave) eram distribuídos entre os estados nutricionais de maneira que o nível moderado se fez mais presente no sobrepeso e obesidade, enquanto o nível grave foi maior no sobrepeso e eutrofia, porém este não se fez presente na obesidade.

Os dados encontrados se assemelham aos dos estudos de Bandeira (2016), Souza (2016) e Lopes (2022), que acreditam na relação de insatisfação com o aumento do IMC, no qual indivíduos com o indicador alterado para valores acima do considerado padrão possuem

[SA5] Comentário: Não entendi esse paragrafo

maiores chances de estarem insatisfeitos com sua respectiva imagem corporal. Já de Alexandre *et. al* (2013) acredita que o indicador de IMC não possui qualquer relação com a autopercepção, que a influência vem apenas da forma que o indivíduo se enxerga e que este é o determinante para possuir ou não algum nível de insatisfação, o que pode ser a explicação para o nível grave se fazer presente na eutrofia e sobrepeso, e ausente na obesidade.

Dessa forma, no geral, foi observado que quanto maior o IMC, maior o nível de insatisfação corporal. No entanto, o fato de indivíduos eutróficos apresentarem insatisfação não deve ser excluído. Lopes et al. (2022) trata de estudos onde foi aplicado simultaneamente escalas de insatisfação corporal e de risco para transtorno alimentares, permitindo correlacionar a dissociação do estado nutricional do paciente e sua autopercepção com o risco de possuir um transtorno alimentar. Dito isto, na amostra analisada foi encontrada uma possível distorção de imagem em dois indivíduos eutróficos que apresentaram insatisfação corporal grave. Essa incongruência encontrada na amostra pode ser causada por um possível transtorno alimentar, porém a ausência da aplicação deste outro tipo de instrumento avaliativo é uma limitação para que se possa obter uma definição exata.

## CONCLUSÃO

Os resultados revelaram que a maioria dos alunos de graduação de nutrição relatou satisfação com seu estado atual, o que pode ter vínculo com o curso em questão, visto que seu foco gira em torno de saúde e bem-estar. A nutrição tem um certo nível de pré-conceito em relação ao público consumidor de seus serviços prestados, podendo ocasionar que seus acadêmicos entrem na faculdade pensando nesses aspectos e se cuidando antecipadamente, o que levaria ao maior público eutrófico e satisfeito. Por outro lado, nos insatisfeitos com a aparência física, que representavam a menor parte dos, foi possível encontrar um aumento da porcentagem de insatisfeito com o elevar do índice de massa corporal, porém, alguns casos isolados foram visíveis mesmo com seu percentual baixo, gerando dúvidas de que somente esse fator de avaliação é significativo para a insatisfação dos participantes.

Entretanto, não foi possível inferir causalidades ou estabelecer maiores associações devido à limitação do tamanho amostral, principalmente em determinados subgrupos, como o de magreza, por exemplo. Este fato impediu que se fosse conduzida uma análise quantitativa adequada.

Por isso, faz-se necessário que pesquisas futuras explorem mais a fundo a relação entre insatisfação com a imagem e composição corporal através de diferentes métodos de avaliação

**[SA6] Comentário:** Levaram o IMC como avaliador do estado nutricional? Pq tbm pode ser um vies da pesquisa de vcs

da composição corporal ou até mesmo de exames laboratoriais que demonstrem o percentual de gordura corporal dos indivíduos, tanto quanto uma maior amostra, influência de fatores externos, como autopercepção do peso, imagem corporal idealizada e impacto da formação acadêmica em nutrição, e investigar causas específicas da insatisfação corporal tanto nesse grupo social quanto em outras demografias para que seja possível avaliar a eficácia de intervenções personalizadas.

Por fim, ressalta-se a importância de que os próprios profissionais de nutrição, como futuros nutricionistas, também cultivem uma relação positiva com seus próprios corpos, servindo como parâmetros de vida e emagrecimento saudável para seus pacientes e contribuindo para a promoção de uma imagem corporal saudável em toda a sociedade.

## REFERÊNCIAS

- ALEXANDRE, I. M. C. G. P. *et al.* Avaliação da imagem corporal em uma amostra de estudantes de medicina. **Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba**, São Paulo, SP, ano 20123, v. 15, n. 3, p. 64-67, 22 out. 2013.
- ALVES, F. R. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Cinergis**, v. 18, n. 3, p. 204, 30 jun. 2017.
- ARATANGY, E. W. & BUONFIGLIO, H. B. **Como lidar com os transtornos alimentares: Guia prático para familiares e pacientes**. 1ª ed. São Paulo SP: Hogrefe, 2017. 191 p. v. 1. ISBN 978-85-85439-58-3.
- BANDEIRA, Y. E. R. *et al.* Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **J. Bras. Psiquiatr.**, Rio de Janeiro, ano 2016, v. 65, n. 2, p. 168-73, 28 mar. 2016.
- COOPER, P. J.; TAYLOR, M. J.; COOPER, Z.; & FAIRBURN, C. G. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. **Int J Eat Disord**, v. 6, n. 4, p. 485-494, 1987.
- COQUEIRO, R. DA S. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. **Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul**, v. 30, n. 1, p. 31-38, abr. 2008.
- FERNANDES, F. *et al.* Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. **RBNE**, v. 11, n. 63, p. 252-258, jun. 2017.
- LACERDA, R. M. S., CASTANHA, C. R.; CASTANHA, A. R. Perception of body image by patients undergoing bariatric surgery. **Rev. Col. Bras. Cir.**, v. 45, n. 2, 2018.
- LEÃO, R. C. *et al.* **Pontifícia Universidade Católica de Goiás**. Orientador: Gomes, N. A. A. A. 2021. 12 p. Trabalho de conclusão do curso (Bacharelado em nutrição) - Pontifícia Universidade Católica de Goiás, GOIAS, 2021. DOI <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000134>. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/1772>. Acesso em: 26 jun. 2023.
- LOPES, L. *et al.* Avaliação da distorção de imagem corporal e insatisfação corporal dos estudantes e profissionais da saúde. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 17, e61016, 2022.
- MANJIANG, Y. *et al.* Field Methods for Body Composition Assessment Are Valid in Healthy Chinese Adults1. **The Journal of nutrition**, [s. l.], v. 132, ed. 2, p. 310 - 317, 1 fev. 2023. DOI <https://doi.org/10.1093/jn/132.2.310>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022316622149175?via%3Dihub>. Acesso em: 28 jun. 2023.
- MELO, M. C. D., COSTA, M. R. R. Estado nutricional, comportamento alimentar e autopercepção da imagem corporal em acadêmicos de nutrição de uma faculdade privada do Recife. **Monografia apresentada para obtenção do título de nutricionista**, Recife, PE, 2021. Disponível em: <http://tcc.fps.edu.br:80/handle/fpsrepo/1166>. Acesso em: 10 jun. 2023.

PAIVA, A. D. A. et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 12, n. 1, 3 mar. 2017.

PINHO, L.; BRITO, M. F. S. F.; SILVA, R. R. V. Perception of body image and nutritional status in adolescents of public schools. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 72, n. suppl 2, p. 229-235, 2019.

SILVA, W. R.; COSTA, D.; PIMENTA, F.; MAROCO, J.; CAMPOS, J. A. D. B. Psychometric evaluation of a unified Portuguese-language version of the Body Shape Questionnaire in female university students. **Cad Saúde Pública**, v.32, n. 7, p.1-13, 2016.

SOUZA, A. C. et al. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários. **J. Bras. Psiquiatr**, São Paulo, SP, ano 2016, v. 65, n. 3, p. 286-99, 27 jul. 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a World Health Organization Consultation. **Geneva: World Health Organization**, 2000. 253 p. (WHO Obesity Technical Report Series, n. 894). Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42330>. Acesso em: 11 de set. de 2022.

**ANEXO A - *Body Shape Questionnaire (BSQ)* adaptado de COOPER, *et al.*, (1987) e traduzido por SILVA, *et al.*, (2016)**

|              |                                                                                                                       |   |   |   |   |   |   |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| Semestre:    |                                                                                                                       |   |   |   |   |   |   |
| Peso:        |                                                                                                                       |   |   |   |   |   |   |
| Altura:      |                                                                                                                       |   |   |   |   |   |   |
| Idade:       |                                                                                                                       |   |   |   |   |   |   |
| <b>Itens</b> | <b>Opções de respostas:</b> 1=Nunca, 2=Raramente, 3=Às vezes, 4=Freqüentemente, 5=Muito Freqüentemente, 6=Sempre      |   |   |   |   |   |   |
| 1            | Ter-se sentido entediado(a) fez com você se passasse a preocupar com a sua forma física?                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2            | Tem estado tão preocupado(a) com a forma do seu corpo que começou a pensar que deveria fazer dieta?                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3            | Já lhe ocorreu que as suas coxas, quadril/ancas ou nádegas são grandes demais em relação ao resto do seu corpo?       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4            | Tem sentido medo de ficar gordo(a) ou mais gordo(a)?                                                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5            | Preocupou-se com o seu corpo não ser firme o suficiente?                                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6            | Sentir-se cheio(a) (por exemplo, depois de ingerir uma refeição grande) fez com que se sentisse gordo(a)?             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7            | Sentiu-se tão mal com a forma do seu corpo a ponto de chorar?                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8            | Evitou correr por achar que seu corpo poderia balançar?                                                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9            | Estar com pessoas magras, do mesmo sexo que o seu, faz com que se sinta desconfortável com a forma do seu corpo?      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10           | Preocupou-se com que as suas coxas podem ocupar muito espaço quando se senta?                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11           | Comer, mesmo que uma pequena quantidade de comida, fez com que se sentisse gordo(a)?                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12           | Tem reparado na forma do corpo de outras pessoas do mesmo sexo que o seu e, ao comparar-se, sentiu-se em desvantagem? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

|    |                                                                                                                                                                  |   |   |   |   |   |   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 13 | Pensar na forma do seu corpo interferiu na sua capacidade de se concentrar noutras atividades (como por exemplo, ver televisão, ler ou acompanhar uma conversa)? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14 | Estar nu(nua). por exemplo, durante o banho, fez com que se sentisse gordo(a)?                                                                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 15 | Já evitou usar roupas que o(a) façam reparar mais na forma do seu corpo?                                                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16 | Já imaginou remover (cortar) partes carnudas do seu corpo?                                                                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17 | Comer doces, bolos e outros alimentos ricos em calorias fez com que se sentisse gordo(a)?                                                                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18 | Deixou de ir a eventos sociais (como por exemplo, festas) por sentir-se mal com a forma do seu corpo?                                                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19 | Sentiu-se excessivamente grande e arredondado (a)?                                                                                                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20 | Sentiu vergonha do seu corpo?                                                                                                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21 | A preocupação com a forma do seu corpo levou-o(a) a fazer dieta ?                                                                                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22 | Sentiu-se mais contente em relação a forma do seu corpo quando seu estômago estava vazio (por exemplo, pela manhã)?                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23 | estômago estava vazio (por exemplo, pela manhã)?                                                                                                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24 | Acredita que a forma do seu corpo se deve à sua falta de autocontrole(o)?                                                                                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25 | Preocupou-se com que outras pessoas vissem dobras na região da sua cintura ou estômago?                                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 26 | Pensou que não é justo que outras pessoas do mesmo sexo que o seu sejam mais magras que você?                                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 27 | Já vomitou para se sentir mais magro(a)?                                                                                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 28 | Quando acompanhado(a), preocupou-se em ocupar um espaço excessivo (por exemplo, sentado(a) num sofá ou no banco de um transporte público)?                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 29 | Preocupou-se com o seu corpo estar com pneus ?                                                                                                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 30 | Ver o seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) fez com que se sentisse mal em relação ao seu corpo?                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

|    |                                                                                                           |   |   |   |   |   |   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 31 | Beliscou áreas do seu corpo para ver a quantidade de gordura que existe?                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 32 | Evitou situações nas quais as pessoas pudessem ver o seu corpo (por exemplo, vestiários)?                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 33 | Já tomou laxantes para se sentir mais magro(a)?                                                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 34 | Sentiu-se particularmente desconfortável com a forma do seu corpo, quando na companhia de outras pessoas? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 35 | A preocupação com a forma do seu corpo fez com que sentisse que deveria fazer exercício físico?           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |