

## Insatisfação com a imagem corporal em adultos e fatores associados

Dissatisfaction with body image in adults and associated factors

Insatisfacción con la imagen corporal en adultos y factores asociados

Recebido: 13/10/2022 | Revisado: 24/10/2022 | Aceitado: 25/10/2022 | Publicado: 30/10/2022

**Ana Carolina Campos Feitoza**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4471-3753>

Instituto Federal de São Paulo, Brasil

E-mail: [ana.feitoza@aluno.ifsp.edu.br](mailto:ana.feitoza@aluno.ifsp.edu.br)

**Renata Plaza Teixeira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9078-9030>

Instituto Federal de São Paulo, Brasil

E-mail: [renata.plaza@ifsp.edu.br](mailto:renata.plaza@ifsp.edu.br)

**Gislaine Satyko Kogure**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2860-846X>

Universidade de São Paulo, Brasil

E-mail: [gisatyko@gmail.com](mailto:gisatyko@gmail.com)

**Arthur Zecchin**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5970-9466>

Universidade de São Paulo, Brasil

E-mail: [arthuzecchin@usp.br](mailto:arthuzecchin@usp.br)

**Victor Barbosa Ribeiro**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8753-7975>

Instituto Federal de São Paulo, Brasil

E-mail: [victorbarbosa@ifsp.edu.br](mailto:victorbarbosa@ifsp.edu.br)

### Resumo

O presente estudo teve como objetivo revisar sobre os aspectos que possam relacionar as concepções acerca da imagem corporal (IC), a prática de exercícios físicos, *bullying* e transtornos alimentares (TA) em adultos. Trata-se de uma revisão sistemática. Foi realizada uma busca de artigos sobre o tema na base de dados Portal Periódicos da Capes publicados entre as datas 01/01/2016 e 08/10/2021, sendo selecionados os artigos que corresponderam ao tema proposto e excluídos todos os que eram revisões bibliográficas, resenhas, livros, teses, dissertações e estudos que não abrangessem o tema escolhido. Foram selecionados 14 artigos. De um modo geral, esses apontaram um alto índice de indivíduos adultos insatisfeitos com sua IC, em sua maioria do sexo feminino, que buscavam diminuir suas silhuetas, enquanto os indivíduos do sexo masculino desejavam aumentar sua massa corporal. Houve menções sobre associações entre a estimação da imagem corporal e as variáveis, como a prática de exercícios, indícios de TA, doenças e/ou sintomas depressivos, distorções na imagem corporal, estilo de vida e outros, sem estabelecer uma relação entre essas percepções negativas com riscos de *bullying* e transtornos relacionados que possam ter sido vivenciados na adolescência. Grande influência da mídia, família, amigos e os padrões socialmente estabelecidos sobre a percepção que os indivíduos detêm sobre sua imagem corporal foi relatada. Diante desse contexto, é necessário desconstruir a imagem de um corpo padrão perfeito pela própria mídia e espaços como escolas e ambiente familiar, evitando que se multipliquem quadros de distorção de IC, TA e consequentes quadros de depressão.

**Palavras-chave:** Imagem corporal; Comportamento alimentar; Insatisfação corporal.

### Abstract

The present study aimed to review aspects that may be related to conceptions about BI, the practice of physical exercises, bullying and eating disorders (ED) in adults. This is a systematic review. A search for articles on the topic, published between January 1st, 2016, and October 8th, 2021, was carried out in the database "Portal Periódicos da Capes", being selected articles that corresponded to the proposed them, with the exclusion of all those that were bibliographic reviews, other types of review, books, theses, dissertations, and studies that did not cover the chosen topic. Fourteen articles were selected. In general, these articles indicated a high rate of adult individuals dissatisfied with their BI, mostly female, who sought to reduce their silhouettes, while male individuals wanted to increase their body mass. Associations between body image estimation and variables such as exercise, signs of ED, diseases and/or depressive symptoms, distortions in body image, lifestyle and others, were mentioned, without establishing a relationship between these negative perceptions and risks of bullying and related disorders which may have been experienced in adolescence. A great influence of the media, family, friends and socially established standards on the perception that individuals hold about their body image has been reported. In this context, it is necessary to

deconstruct the image of a perfect standard body by the media itself and spaces such as schools and family environment, preventing the multiplication of BI distortion, ED and consequent depression.

**Keywords:** Body image; Feeding behavior; Body dissatisfaction.

### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo revisar aspectos que pueden relacionarse con las concepciones sobre la imagen corporal (IC), el ejercicio físico, el bullying y los trastornos alimentarios (TA) en adultos. Esta es una revisión sistemática. Se realizó una búsqueda de artículos sobre el tema en la base de datos del Portal Periódicos da Capes publicados entre el 01/01/2016 y el 08/10/2021, seleccionando los artículos que correspondían al tema propuesto y excluyendo todos aquellos que fueran revisiones bibliográficas, revisiones, libros, tesis, disertaciones y estudios que no cubrieron el tema elegido. Se seleccionaron catorce artículos. En general, estos indicaron una alta tasa de individuos adultos insatisfechos con su IC, en su mayoría mujeres, que buscaban reducir sus siluetas, mientras que los hombres querían aumentar su masa corporal. Hubo menciones de asociaciones entre la estimación de la imagen corporal y variables, como la práctica de ejercicios, signos de TA, enfermedades y/o síntomas depresivos, distorsiones en la imagen corporal, estilo de vida y otros, sin establecer relación entre esas percepciones negativas con riesgos de intimidación y trastornos relacionados que pueden haber sido experimentados en la adolescencia. Se ha reportada una gran influencia de los medios de comunicación, la familia, los amigos y las normas socialmente establecidas en la percepción que los individuos tienen sobre su imagen corporal. Ante este contexto, es necesario deconstruir la imagen de un cuerpo estándar perfecto por los propios medios y espacios como la escuela y el ámbito familiar, evitando la multiplicación de cuadros de distorsión de IC, TA y consecuentes cuadros de depresión.

**Palabras clave:** Imagen corporal; Conducta alimentaria; Insatisfacción corporal.

## 1. Introdução

A imagem corporal (IC) caracteriza as percepções, sentimentos e pensamentos de um indivíduo em relação à sua própria estrutura corporal, considerando que esta pode ser influenciada por diversos fatores, sejam eles a mídia, o estado emocional, características físicas, entre outros (Albuquerque et al., 2019). Esses fatores, por sua vez, são cruciais para a determinação do nível de satisfação de uma pessoa com sua IC, o que pode contribuir para o desenvolvimento de distúrbios alimentares e distorção corporal, caso esta seja negativa, e consequentemente, ocasionar a manifestação de diversos transtornos mentais (Ainett et al., 2017).

Atualmente o índice de insatisfação com a IC tem aumentado progressivamente, tornando-se um recorrente e preocupante problema para a saúde pública (Campagna & Souza, 2006). Este fato certamente se deve aos impactos que a distorção da IC pode causar em toda a sociedade, sobretudo, no que se refere à aquisição de TA, o que está hipoteticamente relacionado aos padrões e estereótipos que são propagados pela mídia (Martins et al., 2010).

Os meios de comunicação exercem uma grande influência sobre as pessoas, e estes têm se intensificado cada vez mais na atualidade, sendo que, paralelamente, a sociedade contemporânea detém um acesso superior e maior à tecnologia e ao fluxo de informações do que as civilizações antepassadas (Hayne & Wyse, 2018). A exposição das pessoas no meio digital e nas mídias em geral tornou-se uma prática recorrente, o que é ainda mais explícito nas redes sociais, nas quais milhares de corpos, fisionomias e informações pessoais são exibidos diariamente (Silva et al., 2015). Com toda a pressão estética exercida pela mídia, que geralmente associa um corpo bonito e saudável a um corpo magro ou musculoso, muitas pessoas passam a desenvolver determinados transtornos, frustrações e distorções referentes à sua estrutura corporal, quando passam a comparar sua estrutura física com os “corpos perfeitos”, que são idealizados, estereotipados e divulgados pela mídia (Ainett et al., 2017).

A elevação dos índices de insatisfação da população com sua IC não está ligada somente à mídia, mas também a outros fatores, tais como a família, os relacionamentos sociais, padrões impostos e construídos pela sociedade, o preconceito, índices de medida etc., que indiretamente também sofrem influências da mídia, e, desse modo, podem afetar a visão de um indivíduo sobre si mesmo (Albuquerque et al., 2019). Devido a tanta pressão estética, as pessoas passam a buscar insaciavelmente o corpo perfeito e, para isso, comprometem-se com dietas exageradas, irregularidades na alimentação, esgotamento físico e mental, e, mesmo assim, continuam tendo uma visão distorcida de sua IC (Azevedo, 2007). Ainda de acordo com Wolf (1992):

Enquanto apenas um homem em cada dez se sente "extremamente insatisfeito" com seu corpo, um terço das mulheres está "extremamente insatisfeito" com o delas. Embora o excesso de peso ocorra nos dois sexos em igual proporção — cerca de um terço — 95% dos inscritos em programas para perda de peso são do sexo feminino. As mulheres consideram ter um grave problema quando atingem cerca de sete quilos acima da média nacional de peso. Os homens só começam a se preocupar quando estão com dezessete quilos a mais. Esses números não provam que o sexo feminino é um sexo de má aparência em comparação com a raça divina dos homens. Se provam algo, é que mais mulheres do que homens se aproximam de um ideal cultural porque se esforçam mais (Wolf, 1992).

Analisar a percepção e insatisfação com a IC em adultos, relacionando o assunto com as variáveis exercícios físicos, *bullying* e transtornos alimentares (TA), é de extrema relevância. Isto porque os adultos estão demasiadamente vulneráveis ao desenvolvimento de diferentes transtornos, inclusive mentais, envolvendo esses assuntos (Florêncio et al., 2016). É provável inclusive que, se durante a transição da adolescência para a vida adulta, essas pessoas tiverem sofrido com a preocupação excessiva com a aparência ou casos de *bullying*, essa condição possa se agravar ainda mais.

Desse modo, este estudo objetivou realizar uma revisão, na literatura recente, sobre os aspectos que possam relacionar as concepções acerca da IC, a prática de exercícios físicos, *bullying* e distúrbios alimentares em adultos, pretendendo ainda evidenciar se a (in)satisfação em relação à IC pode estar relacionada a experiências de *bullying* ou distúrbios alimentares vivenciados em algum momento da vida desses adultos.

## 2. Metodologia

A presente pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica sistemática cujo objetivo foi investigar artigos que trouxessem o contexto dos distúrbios da IC em adultos brasileiros. De acordo com Ciliska *et al.* (2001, p. 100):

Uma revisão sistemática é uma síntese rigorosa de todas as pesquisas relacionadas a uma questão específica [...] As revisões sistemáticas diferem das revisões não sistemáticas na medida em que tentam superar possíveis vieses em todas as etapas, seguindo uma metodologia rigorosa de busca, recuperação de pesquisa, avaliação da pesquisa recuperada quanto à relevância e validade (qualidade), extração de dados, síntese de dados e interpretação' (Ciliska *et al.*, 2001).

Dessa maneira, para o desenvolvimento desta revisão foi realizada uma análise inspirada em Bardin (2016) dos artigos que abordassem a respeito de pelo menos uma das relações entre as seguintes temáticas: distúrbios com a IC em adultos e a prática de exercícios físicos; a relação entre a insatisfação com a IC dos indivíduos adultos com possíveis traumas ou *bullying*, que podem ter sofrido em algum momento de suas vidas, e, por fim, distorções na IC em indivíduos adultos do sexo feminino e masculino, observando a relação com o perfil do peso corporal e com os transtornos alimentares.

Na realização da pesquisa, foram utilizados os termos “imagem corporal” and “adultos”; “imagem corporal” and “transtornos alimentares”; “imagem corporal” and “prática de exercícios”; “imagem corporal” and “traumas em adultos” e “imagem corporal” and “*bullying* em adultos”, utilizando-se do Portal de Periódicos Capes como fonte de dados. A respectiva plataforma trata-se de uma biblioteca virtual que fornece informação de qualidade no que se refere a produções científicas internacionais e nacionais, contendo um acervo de mais de 45 mil produções periódicas, incluindo artigos científicos, livros, enciclopédias e obras de referência, normas técnicas, estatísticas, conteúdo audiovisual, entre outros.

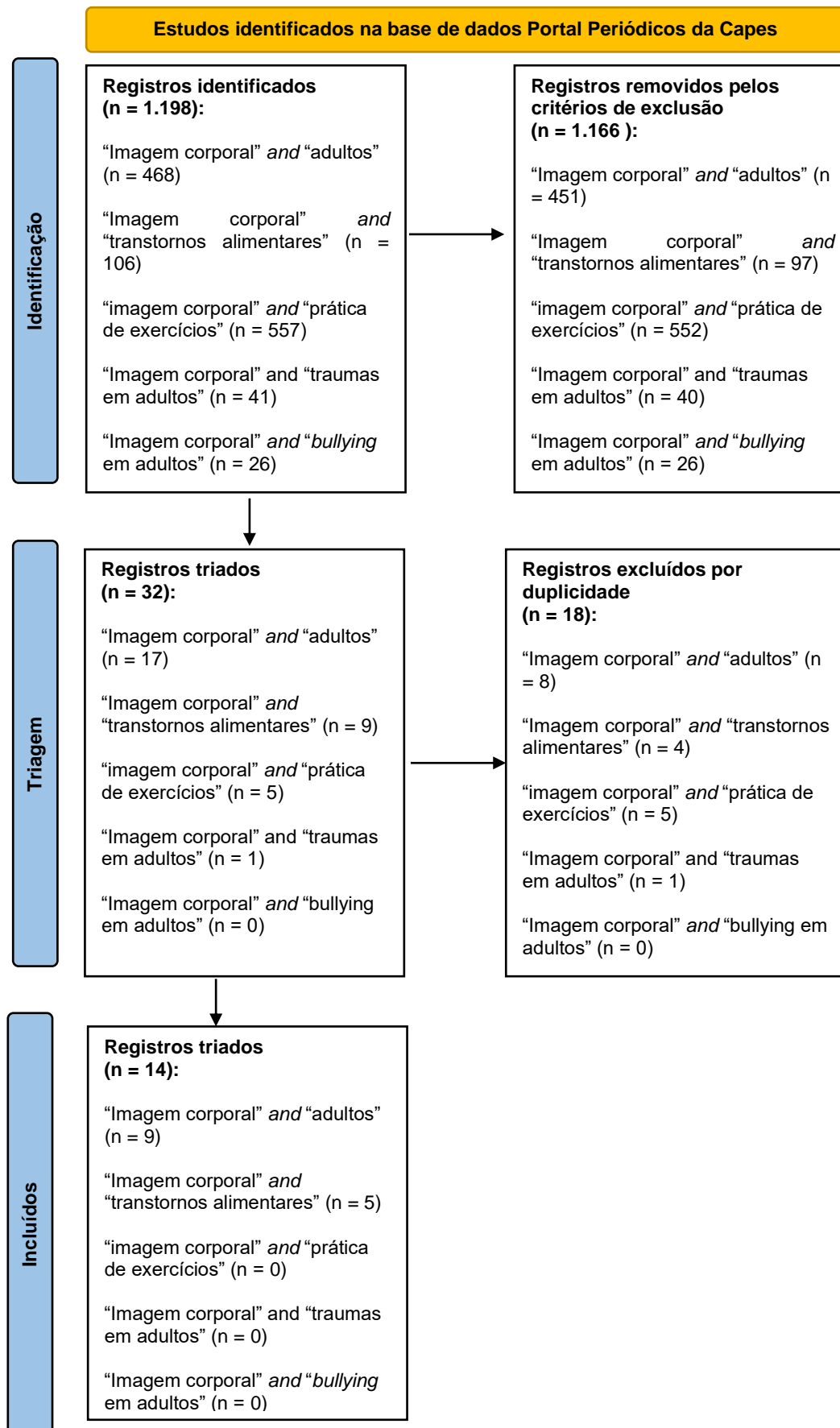
Na busca de dados, foram selecionados todos os artigos relacionados com a temática deste estudo, publicados entre 01/01/2016 e 08/10/2021, e, por meio da leitura dos seus respectivos resumos, foi possível analisar a relação e a contribuição que a publicação poderia ter com a proposta do estudo. Para esta análise, também foi considerado que os artigos deveriam estar publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, que fossem revisados por pares, sendo excluídos do estudo: revisões sistemáticas, livros e dissertações, além de outros arquivos não relacionados com o tema. Adicionalmente, também foram excluídos todos os artigos que não estivessem publicados em revistas científicas que fossem classificadas minimamente com

nota Qualis ‘‘B’’ em pelo menos uma das três áreas: Educação Física, Educação e Psicologia. O Qualis  um sistema da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) que faz a classificação da produção científica dos programas de ps-graduação brasileiros.

### 3. Resultados

Após as buscas, incluindo o filtro ‘‘revisão por pares’’, foi encontrado um total de 1198 artigos no Portal de Periódicos da CAPES, sendo que 468 artigos corresponderam às buscas utilizando os termos ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘adultos’’; 106 artigos se referem  busca ‘‘Imagem corporal’’ *and* ‘‘transtornos alimentares’’; 557 artigos correspondem  busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘prática de exercícios’’; 41 artigos da busca pelos termos ‘‘Imagem corporal’’ *and* ‘‘traumas em adultos’’ e 26 artigos relativos  busca empregando os termos ‘‘Imagem corporal’’ *and* ‘‘bullying em adultos’’. Com isso, 1166 artigos foram removidos por não terem relação com a proposta do presente estudo, enquanto os 32 artigos restantes foram selecionados para a leitura e, dentre esses, houve a exclusão de 18 duplicatas, sendo oito destas referentes  busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘adultos’’, quatro artigos referentes às buscas ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘transtornos alimentares’’, cinco artigos da busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘prática de exercícios’’ e um artigo da busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘traumas em adultos’’; resultando para a leitura final o total de 14 artigos (Quadro 1), sendo que desses, foram selecionados para leitura na íntegra: nove artigos da busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘adultos’’ e cinco da busca ‘‘imagem corporal’’ *and* ‘‘transtornos alimentares’’. Esses resultados estão apresentados na Figura 1.

**Figura 1** – Fluxograma de busca, identificação, seleção e inclusão dos artigos.



Legenda: A, Artigo; P, produções científicas. Fonte: Autoria própria.

**Quadro 1** – Dados sobre os estudos e análises realizadas em cada um dos artigos selecionados.

<b>Autores (Ano)</b>	<b>Revista</b>	<b>Amostra e Avaliação</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusão</b>
Almeida & Baptista (2016)	Pensar a Prática	<b>Amostra:</b> 29 M e 36 F; participantes de um centro de práticas corporais; faixa etária: entre 18 e 54 anos; (Goiânia, GO). <b>Avaliação:</b> Teste de Silhueta e IMC.	Analisar o nível de insatisfação com a IC de adultos participantes de um Centro de Práticas Corporais.	78,8% da amostra apresentou insatisfação com sua IC, sendo que desses 49,2% desejavam reduzir o tamanho da silhueta, enquanto 26,6% objetivavam aumentá-la. A maioria das insatisfeitas eram mulheres.
Xavier & Almeida (2016)	Psico	<b>Amostra:</b> 80 F, entre 20 e 50 anos, divididas entre: grupo com peso normal e grupo com sobrepeso e obesidade (Ribeirão Preto - SP). <b>Avaliação:</b> FRS e BDI.	Avaliar a IC de mulheres com peso normal ou sobrepeso/obesidade e verificar as variáveis que detêm influência na percepção da IC.	Ambos os grupos apresentaram grande preocupação na estimação da IC, sem haver diferença significativa entre os grupos. Os sintomas de insatisfação e depressão foram predominantes no grupo com sobrepeso/obesidade.
Florêncio <i>et al.</i> (2016)	Revista brasileira de Enfermagem	<b>Amostra:</b> 560 escolares, sendo 53,9% F, entre 20 e 24 anos, oriundos de 26 escolas da Secretaria de Educação do Ceará (Seduc). <b>Avaliação:</b> Características econômicas, sociodemográficas, interpessoais e objetivas, avaliação das medidas antropométricas.	Analisar o excesso ponderal em adultos jovens escolares a partir dos marcadores de vulnerabilidade individual, vinculados a aspectos interpessoais e subjetivos como forma de subsidiar as ações da enfermagem, juntamente ao referido grupo.	O excesso ponderal apresentou associação estatística significativa com a autopercepção, sendo que a percepção de excesso ponderal sofre distorções no que se refere à real IC, o que torna o adulto jovem vulnerável a estados disfuncionais de saúde.
Legey <i>et al.</i> (2016)	Bentham Open	<b>Amostra:</b> 75 M e 65 F, estudantes de educação física, da Universidade Veiga de Almeida (Rio de Janeiro, RJ). <b>Avaliação:</b> escala de silhuetas, perfil de escala de estados de humor, medidas antropométricas, qualidade de vida e estado emocional.	Identificar a prevalência de insatisfação com a IC em universitários e comparar os valores médios obtidos em exames antropométricos e instrumentos relacionados à saúde mental entre indivíduos satisfeitos e insatisfeitos com a IC.	67,1% da amostra de estudantes apresentaram insatisfação com a IC. Quando comparados os satisfeitos e insatisfeitos, os estados de humor também apresentaram resultados relevantes, especialmente, indicando raiva, depressão, fadiga, confusão mental e distúrbio de humor maior nos insatisfeitos.
Toral <i>et al.</i> (2016)	Archivos Latinoamericanos de Nutrición	<b>Amostra:</b> 427 estudantes de graduação em nutrição e 318 nutricionistas F, com a faixa etária entre 18 e 59 anos. <b>Avaliação:</b> Body Shape Questionnaire e Eating Attitudes Test (EAT positivo).	Avaliar a prevalência de comportamentos de risco relacionados a TA, e à satisfação com a IC, entre estudantes de graduação em nutrição e nutricionistas brasileiras e identificar potenciais fatores associados a esses riscos.	Mais da metade das mulheres estava insatisfeita com sua IC, considerando que a insatisfação por parte das estudantes foi a mais significativa, a conclusão foi de que estudantes e nutricionistas estão sujeitas a atitudes sugestivas de TA e insatisfação com sua IC, o que pode estar relacionado com sua área de atuação profissional.
Castro <i>et al.</i> (2017)	Motricidade	<b>Amostra:</b> 142 F estudantes de graduação da UNESP, Campus Rio Claro. <b>Avaliação:</b> BSQ; BAQ; Body Image Avoidance e Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale.	Verificar associações entre as quatro principais dimensões da IC: insatisfação, comportamento, afeto e crença, e o somatótipo em mulheres jovens.	Verificou-se uma associação relevante entre as variáveis IC, evitação corporal e atitudes negativas referentes à aparência, bem como os perfis somatotipológicos, com predominância mesomórfica e endomórfica. O perfil somatótipo pode ser um importante preditor de alterações na insatisfação com a IC, podendo ser utilizado para encontrar grupos de risco.

Oliveira <i>et al.</i> (2017)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	<b>Amostra:</b> 92 F estudantes, com idade entre 18 e 35 anos, de Instituições de Ensino Superior (Governador Valadares, MG). <b>Avaliação:</b> dados sociodemográficos, BIQ, BCQ e o EAT-26.	Comparar a insatisfação com a IC, a checagem corporal e comportamentos de risco para TA, entre diferentes cursos de graduação da área da saúde e avaliar a associação das variáveis com a insatisfação corporal.	Não houve diferenças relevantes para as variáveis insatisfação corporal, checagem corporal e comportamento de risco para TA entre as estudantes dos cursos voltados à área da saúde.
Segheto <i>et al.</i> (2018)	Ciência e Saúde Coletiva	<b>Amostra:</b> 431 M e 533 F (faixa etária entre 20 e 59 anos); (Viçosa, MG). <b>Avaliação:</b> Questionários domiciliares e medidas antropométricas.	Verificar os fatores associados ao Índice de Adiposidade Corporal (IAC) em adultos, buscando contribuir com a avaliação da utilidade desse novo índice como indicador de adiposidade corporal.	A prevalência de excesso do IAC foi elevada, especialmente nos homens, sendo que as variáveis sexo, faixa etária, estado civil, auto avaliação da saúde e a insatisfação com a IC foram determinantes para o aumento do IAC, indicando alto risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.
Rossi & Tirapegui (2018)	Revista Brasileira de Medicina do esporte	<b>Amostra:</b> 227 frequentadores de três academias, com a média de idade igual a 31,4 anos, sendo 51,5% M. <b>Avaliação:</b> Antropometria, aplicação de uma escala de IC e dados da academia.	Avaliar a insatisfação corporal entre ginastas e sua relação com sua idade, sexo, participação no ginásio e estado nutricional.	Houve insatisfação com a IC em 67,4% da amostra, sendo que 64,8% apresentaram o desejo de serem mais magros. Essa insatisfação também foi verificada em indivíduos que apresentavam peso normal. Percebeu-se que a insatisfação com a IC foi maior em desportistas do sexo feminino, que desejavam ser mais magras.
Kessler & Poll (2018)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	<b>Amostra:</b> 225 universitárias, da área da saúde na Universidade de Santa Cruz/RS. <b>Avaliação:</b> (BSQ); (EAT-26); um questionário semiestruturado desenvolvido pelas pesquisadoras e IMC.	Avaliar a relação entre insatisfação da IC, atitudes para TA e estado nutricional em universitárias da área da saúde.	74,7% desejavam um IMC menor, sendo 64,9% eutróficas. 51,1% das universitárias demonstraram insatisfação corporal, com prevalência de atitudes indicativas de TA iguais a 21,8%. Percebeu-se que 87,75% das universitárias com EAT positivo apresentaram algum grau de insatisfação corporal.
Cardoso <i>et al.</i> (2020)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	<b>Amostra:</b> 364 acadêmicos (F e M), entre 18 e 46 anos, estudantes de saúde em uma Instituição de Ensino Superior privada (Montes Claros, MG). <b>Avaliação:</b> Questionários semiestruturados.	Avaliar a prevalência de insatisfação com a IC e os fatores associados entre universitários da área da saúde.	A prevalência de insatisfação com a IC foi baixa entre os universitários da área da saúde, correspondendo a 9,1%. No entanto, as variáveis estudadas apresentam associações com a prevalência de insatisfação com a IC.
Lorenzon <i>et al.</i> (2020)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	<b>Amostra:</b> 430 indivíduos, sendo 244 F e 186 M, com a faixa etária entre 18 e 60 anos. <b>Avaliação:</b> questionário ORTO-15, escala de silhueta, IMC.	Identificar a frequência do comportamento de risco para ortorexia nervosa em indivíduos com idades entre 18 e 60 anos e associar com o estado nutricional (classificação do peso), IC e variáveis sociodemográficas.	Houve uma alta frequência de comportamento de risco para ortorexia entre os participantes do estudo, sendo que a idade entre 40 e 60 anos associou-se com a presença de ortorexia, entretanto, não houve associação com as demais variáveis.
Albuquerque <i>et al.</i> (2021)	Ciência e Saúde Coletiva	<b>Amostra:</b> 6.289 F e 5.188 M, entre 35 e 59 anos, participantes da linha de base do ELSA-Brasil. <b>Avaliação:</b> Regressão multinomial, escala de silhuetas e a classificação da insatisfação com a IC.	Avaliar a prevalência do tipo de insatisfação com a IC, por baixo peso ou excesso de peso, e sua associação com fatores socioeconômicos e comportamentais, entre homens e mulheres, na faixa etária entre 35 e 39 anos, participantes do ELSA-Brasil.	A prática de atividade física reduz 50% de chance de insatisfação em casos de excesso de peso. Os graus mais elevados de insatisfação foram entre mulheres casadas, praticantes de atividade física leve e as ex-fumantes; os homens detiveram 50% de chances mais elevadas de insatisfação por baixo peso, além de que a prática de atividade física (leve e

				moderada) também aumenta, para eles, a chance de insatisfação em casos de baixo peso.
Santos <i>et al.</i> (2021)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	<b>Amostra:</b> 1570 estudantes, F e M, de quatro universidades do Nordeste brasileiro, maiores de 18 anos. <b>Avaliação:</b> questionários online para caracterizar a amostra, avaliar a IC e o comportamento alimentar.	Avaliar a associação entre a IC e o comportamento alimentar em universitários de uma capital do Nordeste do Brasil.	Identificou-se prevalência de insatisfação com a IC no sexo feminino (72, 9%), com idade média de 21,8 anos. Além disso, encontrou-se associação entre percepção e (in)satisfação corporal com o comportamento alimentar em ambos os sexos.

Legenda: M, masculino; F, feminino; IC, imagem corporal; TA, transtornos alimentares; BSQ, Body Shape Questionnaire EAT, Eating Attitudes Test (Teste de Atitudes Alimentares); BDI, Inventário de Depressão de Beck; BAI, Inventário de Ansiedade de Beck; IPAQ, Questionário Internacional de Atividade Física; ELSA-Brasil, Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto-Brasil; FRS, Escala Brasileira de Avaliação da Figura; BAQ, Body Attitudes Questionnaire (Questionário de Preocupação com a Forma do Corpo); BIQ, Body Image Questionnaire (Questionário da Percepção da Imagem Corporal); BCQ, Body Checking Questionnaire (Questionário de Checagem Corporal); IAC, Índice de Adiposidade Corporal; IMC, Índice de Massa Corporal. Fonte: Autoria própria.



#### 4. Discussão

O presente estudo buscou relacionar e analisar a (in)satisfação com a imagem corporal e suas possíveis variáveis em adultos, utilizando-se de uma temática verdadeiramente relevante, ao tratar de um assunto tão presente na atualidade e de grande importância para a área da saúde. Desse modo, ao relacionar estes aspectos, esta revisão teve como proposta unir dados e informações de outros estudos acerca dos fatores que estão associados à insatisfação com a IC em pessoas adultas nos últimos anos, de maneira que os resultados dessas associações e da comparação entre os diversos estudos analisados pudessem contribuir no campo da medicina, bem como para o desenvolvimento de novas pesquisas nesta área.

Por meio de uma análise, identificou-se a existência de grandes percentuais de adultos insatisfeitos com sua IC, sendo que esta insatisfação é predominante em mulheres, além disso, também foi verificado que muitas das variáveis se inter-relacionam (Almeida & Bapstista, 2016; Florêncio *et al.*, 2016; Castro *et al.*, 2017; Segheto *et al.*, 2018; Rossi & Tirapegui, 2018; Kessler & Poll, 2018; Cardoso *et al.*, Albuquerque *et al.*, 2019; Santos *et al.*, 2021). No entanto, em nenhum dos artigos analisados, encontrou-se algum estudo sobre a relação entre a insatisfação destes adultos acerca da IC com possíveis traumas que possam ter vivenciado em algum momento de suas vidas.

A insatisfação com a IC tem se tornado um grande desafio para a saúde pública, uma vez que as pessoas insatisfeitas estão sujeitas ao desenvolvimento de hábitos alimentares e práticas físicas exageradas e inadequadas, o que apresenta altos riscos para elas (Almeida & Bapstista, 2016). A preocupação dos profissionais de saúde com a presente temática se deve, especialmente, aos altíssimos índices de TA presentes em nossa sociedade, que quase dobraram durante as duas últimas décadas e, com a ocorrência desses transtornos, os indivíduos e, particularmente as mulheres, sofrem com diversos problemas de distorção corporal, que as levam a um desejo descontrolado de um corpo magro e “perfeito”, que não existe na realidade, de modo que, para alcançar tal meta, flagelam-se e ferem sua integridade física e mental (Uzunian & Vitalle, 2015, apud Kessler & Poll, 2018).

Segundo Albuquerque *et al.* (2019), a IC é afetada por muitas variáveis, tais como os fatores midiáticos, a autoestima, o estado emocional, a sociedade e a cultura em que os indivíduos estão inseridos, os pensamentos creditados durante a história da humanidade, bem como os padrões e estereótipos de beleza que estes propagaram durante o decorrer dos séculos e que hoje se fazem enraizados em nossa sociedade. Estes fatores, que detêm influência na percepção corporal das pessoas, são os mesmos que contribuirão para que desenvolvam sinais de baixa autoestima, depressão, ansiedade, exageros na prática de exercícios e severas dietas com a finalidade de conquistarem um estereótipo imaginário de um corpo perfeito (Rossi & Tirapegui, 2018).

A vida adulta é permeada por mudanças e inovações, tanto na vida pessoal e profissional de cada indivíduo quanto em suas características biológicas. A fase adulta geralmente é associada ao amadurecimento que ocorre de modo natural, um período de decisões e inserção ativa na sociedade, como ocorre no mercado de trabalho etc. (Albuquerque *et al.*, 2019). No entanto, ao considerar a transição da juventude para a vida adulta, é compreensível que esta não seja uma mudança simples, ainda mais ao considerar que o período da adolescência é a fase mais vulnerável a problemas com a percepção da imagem corporal e TA (Lofrano-Prado *et al.*, 2011).

Desse modo, o fato de que algum percentual dos adultos que foram avaliados e analisados, em cada um dos artigos que compõem esta revisão, tenham desenvolvido essa insatisfação com sua IC, devido a algum trauma que possam ter vivenciado em um período anterior de suas vidas, é uma hipótese que não deve ser descartada. Contudo, nenhum dos estudos revisados abordou esta possível relação em sua temática, o que desperta certa curiosidade para as motivações da exclusão deste tópico mediante a pesquisa que foi aplicada.

Nos estudos de Almeida e Baptista (2016), Xavier e Almeida (2016), Toral *et al.* (2016) e Albuquerque *et al.* (2021), foi identificada a prevalência de insatisfação com a IC no sexo feminino. De acordo com Albuquerque *et al.* (2021), o grau de

insatisfação foi maior em mulheres casadas com excesso de peso, praticantes de atividade física e ex-fumantes, revelando certas características atribuídas a essas mulheres insatisfeitas, que podem estar relacionadas à percepção negativa que detêm de sua IC, e/ou ainda às possíveis influências da vida conjugal na sua percepção, considerando, por exemplo, como elas percebem a visão dos seus esposos sobre seus corpos. Há de se considerar, ainda, o fato de que, estando elas insatisfeitas com a IC que detêm de seus corpos, recorrem aos exercícios físicos para solucionar seus problemas estéticos (Albuquerque *et al.*, 2021).

Na grande maioria dos artigos analisados e que avaliaram a insatisfação em ambos os sexos, foi constatada a prevalência de insatisfação com a IC no sexo feminino, sendo ainda identificado que essas mulheres insatisfeitas desejavam diminuir suas silhuetas, entretanto, quando foi referido o sexo masculino, verificou-se que grande parte dos homens insatisfeitos desejavam aumentar sua massa corporal (Almeida e Bapstista, 2016; Albuquerque *et al.*, 2019). Estes dados possivelmente se relacionam e apontam para a grande pressão e imposição que é realizada por meio da mídia e da sociedade, aos tipos de padrões que homens e mulheres devem seguir, sendo que as mulheres são sempre direcionadas a desejarem e obterem um corpo magro e “esbelto”, enquanto os homens devem ser fortes e musculosos, pois estas são as silhuetas determinadas como belas e coerentes pela mídia (Almeida e Bapstista, 2016). Curiosamente e de forma similar, discussões recentes já haviam sido feitas envolvendo adolescentes, tendo sido possível perceber que este contexto no trato com o corpo também reflete de forma semelhante neles (Ferreira *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2022).

Xavier & Almeida (2016), quando avaliaram a IC de mulheres com peso normal, sobrepeso ou obesidade, analisando também as variáveis que influenciavam na sua percepção, encontraram o maior índice de superestimação do corpo nas mulheres mais insatisfeitas com a IC e que apresentavam IMC paralelo ao peso normal e/ou baixo nível de sobrepeso. Castro *et al.* (2017), investigando as possíveis associações entre a insatisfação corporal, o comportamento, afetos, crenças e o perfil somatótipo em mulheres, concluíram que a estrutura corporal está, de fato, relacionada com a insatisfação geral subjetiva, comportamentos de evitação corporal, atitudes negativas com relação ao corpo e sentimentos de excesso de peso. As conclusões retiradas de ambos os estudos permitem correlacionar novamente a pressão que recai sobre as mulheres, sendo que, como foi observado nestes estudos, elas estão sempre reféns de uma preocupação exagerada com a IC e a sua evitação, o que está particularmente vinculado às imposições realizadas pela mídia sobre a vida destas, que inclusive influenciam as percepções que elas detêm de si mesmas (Castro *et al.*, 2017).

Em outros artigos que buscaram analisar a associação entre a insatisfação com a IC e o peso, os índices mais elevados foram encontrados em pessoas com excesso de peso, como foi descrito no estudo de Almeida & Baptista (2016). Toral *et al.* (2016), corroborando o estudo citado anteriormente, também identificaram a vulnerabilidade de pessoas obesas e/ou com excesso de peso a estarem mais insatisfeitas com sua IC. Castro *et al.* (2017), analisando o perfil somatótipo de sua amostra, verificaram que os perfis endomorfo e mesomorfo apresentaram maior comportamento de evitação corporal. Xavier & Almeida (2016), por sua vez, encontraram superestimação da IC nos grupos analisados (mulheres com peso normal, sobrepeso ou obesidade), sem haver diferenças significativas entre eles, no entanto, foram constatados mais relatos de sintomas de depressão em mulheres com excesso de peso.

Legey *et al.* (2016); Rossi & Tirapegui (2018); Almeida & Baptista (2016), ao analisarem e avaliarem a (in)satisfação com a IC dos indivíduos ligados à prática de exercícios físicos, sejam frequentadores de academias, atletas ou estudantes de educação física, identificaram insatisfação com a IC em suas amostras. Quando Toral *et al.* (2016), Florêncio *et al.* (2016), Oliveira *et al.* (2017), Kessler & Poll (2018) e Cardoso *et al.* (2020) analisaram a IC e variáveis relacionadas em estudantes da área da saúde e, predominantemente, estudantes de nutrição, que por sua vez detêm um conhecimento mais amplo sobre questões direcionadas à IC, alimentação e cuidados para uma vida saudável, apesar de analisarem grupos semelhantes (universitários ligados à área da saúde), constataram que houve diferenças significativas no que se refere à percepção corporal dos indivíduos analisados. Enquanto no estudo de Cardoso *et al.* (2020), a prevalência de insatisfação com a IC foi

significativamente baixa (9,1%) e, no estudo de Oliveira *et al.* (2017), não foram identificadas diferenças significativas entre a satisfação e a insatisfação com a IC, os estudos de Toral *et al.* (2016), Florêncio *et al.* (2016) e Kessler & Poll (2018), evidenciaram prevalência da insatisfação com a IC (51,1%; 50,0%) e/ou riscos de TA em estudantes de nutrição.

Tendo em vista os dados citados anteriormente, é possível identificar que, além das diversas conclusões consideradas em cada artigo que compõe esta revisão, foi constatado que os diferentes achados dos autores demonstraram a existência de variadas associações com a IC: risco e índices depressivos e/ou altos índices para o desenvolvimento de TA; excesso ponderal e distorções nas percepções corporais influenciadas no humor dos indivíduos; atitudes negativas referentes à aparência; perfil somatotipológico; adiposidade corporal em excesso; idade; estado civil; riscos de doenças crônicas não transmissíveis; a prática de exercícios; estilo de vida; condições clínicas e antropométricas etc. (Florêncio *et al.*, 2016; Toral *et al.*, 2016; Castro *et al.*, 2017; Oliveira *et al.*, 2017; Segheto *et al.*, 2018; Kessler & POLL, 2018; Cardoso *et al.*, 2020; Lorenzon *et al.*, 2020; Albuquerque *et al.*, 2019).

## 5. Considerações Finais

Constatou-se o predomínio de indivíduos adultos insatisfeitos com sua imagem corporal, sendo em sua maioria do sexo feminino. Em grande parte, enquanto as mulheres buscavam diminuir suas silhuetas, os indivíduos do sexo masculino desejavam aumentar sua massa corporal. Além desses resultados, verificaram-se também associações entre a estimacão da imagem corporal e algumas variáveis, tais como a prática de exercícios, indícios de TA, doenças e/ou sintomas depressivos, distorções na imagem corporal, estilo de vida e outros, sem estabelecer uma relação entre essas percepções negativas com riscos de *bullying* e transtornos relacionados, que possam ter sido vivenciados na adolescência. Os estudos também apontaram para a grande influência da mídia, família, amigos e os padrões socialmente estabelecidos sobre a percepção que os indivíduos detêm sobre sua imagem corporal, uma vez que o descontentamento desses com ela tem uma relação precisa com os pensamentos que são propagados pelas mídias e pela sociedade, ditadoras de estereótipos de corpos considerados perfeitos. Diante desse contexto, é necessário que se busque desconstruir a imagem de um corpo padrão perfeito pela própria mídia e espaços como escolas e ambientes familiares, evitando que se multipliquem quadros de distorção de IC, TA e possíveis consequentes quadros de depressão. Adicionalmente, sugerimos que trabalhos futuros avaliem sobre a relação da distorção da imagem corporal com possíveis traumas vivenciados em períodos prévios à vida adulta, ou seja, na infância e adolescência.

## Agradecimentos

Agradecemos o programa Wash/CNPQ pelo financiamento de uma bolsa de iniciação científica.

## Referências

- Ainett, W. S. O., Costa, V. V. L. & Sá, N. N. B. (2017). Fatores associados a insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 11 (62), 75-8. <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/487/419>
- Albuquerque, L. S., Griep, R. H., Aquino, E. M. L.; Cardoso, L. O., Chor, D. & Fonseca, M. J. M (2021). Fatores associados à insatisfação com a Imagem Corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva*, 26 (5), 1941-1953. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.07152019>
- Almeida, L. L. B & Baptista, T. J. R. Análise da Imagem Corporal de Participantes de Um Centro de Práticas Corporais (2016). *Pensar a Prática*, 19 (3), 601-611. <https://doi.org/10.5216/rpp.v19i3.40432>
- Azevedo, S. N. Em busca do corpo perfeito: Um estudo do narcisismo. *Centro Reichiano*, Curitiba, 2007. <https://centroreichiano.com.br/artigos/Artigos/AZEVEDO,%20Shirlaine%20-%20Em%20busca%20do%20corpo%20perfeito.pdf> Acesso em: 06 out. 2022.
- Bardin, L. (2016). *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Edições
- Campagna, V. N. & Souza, A. S (2006). Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. *Boletim de Psicologia*, 56 (124), 09-35, 2006. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v56n124/v56n124a03.pdf>

- Cardoso, L., Niz, L. G., Aguiar, H. T. V., Lessa, A. C., Siqueira e Rocha, M. E., Rocha, J. S. B. & Freitas, R. F. (2020). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69 (3), 156-64. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000274>
- Castro, M. R., Morgado, F. F. R., Paiva, A. C. S., Magre, F. L. & Christofaro, D. G. D., Freitas-Junior, I. F. F. (2017). Relações entre imagem corporal e perfil somatotípico em mulheres jovens. *Motricidade*, 13 (2), 27-35. <https://doi.org/10.6063/motricidade.7904>
- Ciliska, D.; Cullum, N.; Marks, S. Evaluation of systematic reviews of treatment or prevention interventions. *Evidence-Based Nursing*, Online, London, v. 4, n. 4, p. 100-4, 2001. <<https://ebn.bmj.com/con-tent/4/4/100.long>>. Acessado em: 21 out 2022.
- Florêncio, R. S., Moreira, T. M. M., Da Silva, M. R. F. & De Almeida, I. L. S. (2016). Excesso ponderal em adultos jovens escolares: a vulnerabilidade da autopercepção corporal distorcida. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69 (2), 258-65. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2016690208i>
- Ferreira, L. de S., Rodrigues, T. C., Lima, V. S. de, Bezerra, A. N., Albuquerque, N. V., & Pereira, C. P. (2021). Percepção da imagem corporal em adolescentes e a relação com sua alimentação. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10 (1), e8710111484. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i1.11484>
- Hayne, L. A. & Wyse, A. T. S (2018). Análise da evolução da tecnologia: uma contribuição para o ensino da ciência e tecnologia. *Revista Brasileira de Ensino de Ciência Tecnologia*, 11 (3), 37-64. <https://doi.org/10.3895/rbect.v11n3.5947>
- Kessler, A. L. & Poll, F. A. (2018). Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67 (2), 118-25. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000194>
- Legey, S., Lamego, M. K., Lattari, E., Campos, C., Paes, F., Sancassiani, F. & Machado, S (2017). Relationship Among Body Image, Anthropometric Parameters and Mental Health in Physical Education Students. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 13, 177-187. <https://doi.org/10.2174/1745017901612010177>
- Lofrano-Prado, M. C., Prado, W. L., Barros, M. V. G. & De Souza, S. L. (2015). Eating disorders and body image dissatisfaction among college students. *ConScientiae Saúde*, 14 (3), 355-362. <https://doi.org/10.5585/conssaude.v14n3.5487>
- Lorenzon, L. F. L., Minossi, P. B. P. & Pegolo, G. E. Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos (2020). *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69 (2), 117-2. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000266>
- Martins, C. R.; Pelegrini, A., Matheus, S. C. & Petroski, E. L (2010). Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul – APRS*, v. 32, n. 1, p. 19-23. <https://doi.org/10.1590/S0101-81082010000100004>
- Oliveira, P. L., Ferreira, M. E. C., Neves, C. M.; Meireles, J. F. F. & Carvalho, P. H. B. Insatisfação, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de cursos da saúde (2017). *Jornal brasileiro de Psiquiatria*, 66 (4), 216-20. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000174>
- Rossi, L. & Tirapegui, J. Body image dissatisfaction among gym-goers in Brazil (2018). *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 24 (2), 162-166. <https://doi.org/10.1590/1517-869220182402157962>
- Santos, M. M., Moura, P. S., Flauzino, P. A., Alvarenga, M. S., Arruda, S. P. M. & Carioca, A. A. F. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde (2021). *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70 (2), 126-33. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000308>
- Segheto, W., Hallal, P. C., Marins, J. C. B., Da Silva, D. C. G., Coelho, F. A., Ribeiro, A. Q.; Moraes, S. H. O. & Longo, G. Z. Fatores associados e índice de adiposidade corporal (IAC) em adultos: estudo de base populacional (2018). *Ciência e Saúde Coletiva*, 23 (3), 773-783. <http://old.scielo.br/pdf/csc/v23n3/1413-8123-csc-23-03-0773.pdf>
- Silva, N. C., Azevedo, M. M. & Galhardi, A. C (2015). Redes Sociais: A era do exibicionismo digital. *RETEC- Revista de tecnologias*, 8 (1), 17-35. <https://www.fatecourinhos.edu.br/retec/index.php/retec/article/view/186>
- Silva, A. L. da, Teixeira, R. P., Zecchin, A., Kogure, G. S., & Ribeiro, V. B. (2022). Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 11 (11), e215111133472. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i11.33472>
- Toral, N., Gubert, M. B., Spaniol, A. M. & Monteiro, R. A. (2016). Eating disorders and body image satisfaction among Brazilian undergraduate nutrition students and dietitians. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 66 (2), 129-134. <https://www.alanrevista.org/ediciones/2016/2/art-5/> Acesso em: 06 out. 2022.
- Xavier, G. S. & Almeida, S. S. The influence of BMI and psychological variables in the body size estimation among adult women (2016). *Psico*, 47 (3), 179-188. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2016.3.22086>
- Wolf, N. (1992). *O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres*. Rocco.