

INSATISFAÇÃO COM A APARÊNCIA CORPORAL E ATITUDES ALIMENTARES EM ADOLESCENTES

Maria Fernanda Laus; Michele Ghidini de Souza; Rita de Cássia Margarido Moreira
Telma Maria Braga Costa.

Laboratório de Nutrição e Comportamento, Departamento de Psicologia e Educação,
Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto –Universidade de São
Paulo – USP, Ribeirão Preto – SP, Brasil.

A adolescência é um período da vida marcado por transformações físicas, psicológicas, emocionais e sociais. As mudanças físicas que a caracterizam têm sido apontadas como um gatilho para problemas de imagem corporal em homens e mulheres. Durante esta fase, além das mudanças físicas, a imagem corporal também é influenciada por fatores psicológicos e socioculturais. A mídia desempenha um papel central no fenômeno da insatisfação corporal nesta população em particular, criando um padrão de beleza do corpo extremamente magro para as meninas e magro, porém musculoso, para os meninos (Frederick, Fessler, & Haselton, 2005), que determina valores e normas que condicionam atitudes e comportamentos relacionados ao tamanho do corpo, à aparência e ao peso (Dohnt & Tiggemann, 2006). A frequente discrepância entre o peso real e o ideal, associada à necessidade de adaptação à sociedade, pode levar a sintomas de práticas inadequadas de controle de peso e distúrbios alimentares provenientes desta insatisfação com a aparência (Dunker, Fernandes, & Carreira Filho, 2009). Os poucos estudos descritivos sobre comportamento alimentar e satisfação corporal em adolescentes brasileiros têm levado pesquisadores a empreender estudos epidemiológicos sobre a temática (Dunker et al., 2009). Considerando a importância da investigação destas relações no reconhecimento precoce das populações de risco de desenvolver Transtornos Alimentares, a fim de proporcionar intervenções mais apropriadas das equipes de saúde, este estudo objetivou avaliar as relações entre insatisfação com a aparência e atitudes alimentares em adolescentes, verificando a possível existência de diferenças em função do gênero. Entrevistou-se 278 adolescentes escolhidos aleatoriamente (172 meninas e 106 meninos), entre 14 e 18

anos, de duas escolas públicas e duas particulares de São Simão - SP. A antropometria foi realizada através do Índice de Massa Corporal (IMC), que expressa a relação entre o peso dividido pela altura ao quadrado ($IMC=kg/m^2$) e o estado nutricional foi definido através dos percentis específicos para sexo e idade, baseados nos parâmetros do Ministério da Saúde (Brasil, 2007). A insatisfação com a imagem foi avaliada através da Escala de Figuras de Silhuetas, elaborada e validada para adolescentes brasileiros por Kakeshita, Silva, Zanatta e Almeida (2009). Esta escala possui 15 cartões individuais, que variam do IMC 12,5 ao 47,5 kg/m^2 , com diferença constante de 2,5 kg/m^2 e avalia a satisfação com a aparência, considerada um dos componentes da dimensão atitudinal da imagem corporal (Campana & Tavares, 2009). Ela é apresentada em série ordenada ascendente e o participante deve escolher as figuras que melhor representam seu corpo atual e o corpo que gostaria de ter e a insatisfação é medida através da discrepância entre estas medidas. As atitudes alimentares foram avaliadas através do *Eating Attitudes Test* (EAT-26), desenvolvido por Garner e Garfinkel (1979) para diagnosticar anorexia nervosa e que rapidamente tornou-se o teste mais aplicado às disfunções alimentares em geral. O instrumento não é eficiente no diagnóstico da doença, mas é eficaz na identificação de casos clínicos em populações de risco e de indivíduos com preocupações anormais com relação à alimentação e peso. Sua versão brasileira foi traduzida e validada por Bighetti, Santos, Santos e Ribeiro (2004) e o ponto de corte estabelecido foi de 21. Cada uma das 26 questões possui seis opções de resposta, que variam do sempre ao nunca e para cada alternativa conferem-se pontos que variam de 0 a 3 (sempre=3, muitas vezes=2, às vezes=1 e poucas vezes, quase nunca e nunca=0). Este Projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Instituição (Processo UNAERP nº148/08) e a coleta de dados foi realizada em salas cedidas pelas escolas, consistindo na aferição de peso e estatura e aplicação dos instrumentos. Utilizou-se uma estatística descritiva (porcentagens e média; \pm erro padrão da média), os teste *t de Student*, e de Correlação de *Pearson* e uma Análise de Variância (ANOVA), seguida do teste *post-hoc* de Newman-Keuls. Os níveis de significância foram estabelecidos em $p<0,05$. A antropometria demonstrou uma prevalência de eutrofia em meninos e meninas (73,6% e 77,9%, respectivamente), seguida pela categoria sobrepeso (17,9% dos meninos e 11,6% das meninas). A Escala de Silhuetas demonstrou que a discrepância entre as figuras apontadas como atual e desejada foi de -0,6 kg/m^2 (± 0.56) para os meninos e -2,1 kg/m^2 (± 0.45) para as meninas e esta diferença foi considerada estatisticamente significativa ($p<0,05$). Os

resultados do EAT-26 demonstraram uma pontuação média entre meninos e meninas de 4,7 ($\pm 0,47$) e 9,3 ($\pm 0,74$), respectivamente, e esta diferença também foi considerada estatisticamente significativa ($p < 0,001$). Na análise das relações entre atitudes alimentares e insatisfação corporal, a ANOVA não apontou efeito de sexo ou interação entre os fatores ($p > 0,05$), mas demonstrou um efeito de atitude alimentar [$F_{(1,274)} = 7,20; p < 0,01$], com o grupo classificado como EAT+ (acima de 21 pontos) apresentando mais insatisfação ($-5,9 \text{ kg/m}^2; \pm 1,4$) quando comparado ao grupo EAT- ($-1,0 \text{ kg/m}^2; \pm 0,4$). A análise de correlação entre estas variáveis demonstrou uma correlação negativa fraca, porém significativa ($r = -0,25, p < 0,05$), indicando que a pontuação no EAT tende a aumentar conforme aumenta a insatisfação em ambos os sexos. Os resultados deste estudo corroboram outras pesquisas nacionais que também concluíram que meninas são mais insatisfeitas com a aparência (Branco, Hilário & Cintra, 2006; Adami, Frainer, Santos, Fernandes, & De-Oliveira, 2008) e mais preocupadas com a alimentação (Souza-Kaneshima, França, Kneube, & Kaneshima, 2006; Pontieri, Lopes & Eça, 2007). A maioria das investigações que utilizam o EAT-26 estuda os comportamentos de risco no sexo feminino, e a decisão de incluir a variável gênero neste trabalho se deveu principalmente a este fato. A relação entre atitudes alimentares e insatisfação com a aparência, observada neste estudo, apesar de não ter sido encontrada por outros autores (Gonçalves, Barbosa, Rosa, & Rodrigues, 2008), sugere que indivíduos insatisfeitos com a aparência têm preocupações anormais com relação à alimentação e peso, independentemente do gênero (Oliveira, 2009) e este fato preocupa, pois repercussões no desenvolvimento físico e cognitivo podem ser evidenciadas em adolescentes que partilham de comportamentos alimentares inadequados provenientes da insatisfação corporal (Triches & Giugliani, 2007). Dessa forma, conclui-se que meninas são mais insatisfeitas com sua aparência e possuem mais preocupações com relação à alimentação. Entretanto, em ambos os sexos, a insatisfação com a aparência está relacionada a comportamentos alimentares anormais. Já que é na adolescência que os riscos de comportamentos inadequados estão mais evidentes e esta idade oferece uma oportunidade única para se influenciar positivamente a adoção de hábitos saudáveis que podem ser sustentados para a vida toda, afirma-se a necessidade de direcionar ações individuais e coletivas de assistência a esta população específica.

Referências

- Adami, F., Frainer, D. E. S., Santos, J. S., Fernandes, T. C., & De-Oliveira, F. R. (2008). Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes da região continental de Florianópolis. *Psicologia: Teoria e Pesquisa, 24*, 143-9
- Bighetti, F., Santos, C. B., Santos, J. E., & Ribeiro, R. P. P. (2004). Tradução e validação do Eating Attitudes Test em adolescentes do sexo feminino de Ribeirão Preto, São Paulo. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 53*, 339-46.
- Branco, L. M., Hilário, M. O. E., & Cintra, I. P. (2006). Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista de Psiquiatria Clínica, 33*, 292-6.
- Brasil – Ministério da Saúde. (2007). *Incorporação das curvas de crescimento da Organização Mundial da Saúde de 2006 e 2007 no SISVAN*. Recuperado em: 30 Maio 2010, de: http://nutricao.saude.gov.br/documentos/curvas_oms_2006_2007.pdf
- Campana, A. N. N. B., & Tavares, M. C. G. C. F. (2009). *Avaliação da imagem corporal: instrumentos e diretrizes para a pesquisa*. São Paulo: Phorte.
- Dohnt, H. K., & Tiggemann, M. (2006). Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 35*, 141-51.
- Dunker, K. L. L., Fernandes, C. P. B., & Carreira Filho, D. (2009). Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 58*, 156-61.
- Frederick, D. A., Fessler, D. M. T., & Haselton, M. G. (2005). Do representation of male muscularity differ in men's and women's magazines? *Body Image, 2*, 81-6.
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The Eating Attitudes Test: an index of the symptom of anorexia nervosa. *Psychological Medicine, 9*, 273-9.
- Gonçalves, T. D., Barbosa, M. P., Rosa, L. C. L., & Rodrigues, A. M. (2008). Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria, 57*, 166-70.
- Kakeshita, I. S., Silva, A. I. P., Zanatta, D. P., & Almeida, S. S. (2009). Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicologia: Teoria e Pesquisa, 25*, 263-70.
- Oliveira, L. L. (2009). *Jovens com comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: variáveis culturais e psicológicas*. Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

- Pontieri, F. M., Lopes, P. F., & Eça, V. B. (2007). Avaliação da presença de fatores de para o desenvolvimento de transtornos alimentares em acadêmicos de um curso de Educação Física. *Ensaio e Ciência*, 2, 29-37.
- Souza-Kaneshima, A. M., França, A. A., Kneube, D. P. F., & Kaneshima, E. N. (2006). Ocorrência de anorexia nervosa e distúrbio de imagem corporal em estudantes do ensino médio de uma escola da rede pública da cidade de Maringá, Estado do Paraná. *Acta Scientiarum. Health Sciences*, 28, 119-27.
- Triches, R. M., & Giugliani, E. R. J. (2007). Insatisfação corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. *Revista de Nutrição*, 20, 119-28.