

**Avaliação do estado nutricional e insatisfação corporal em estudantes de escolas  
municipais de Caxias do Sul/RS**

**Assessment of nutritional status and body dissatisfaction in students from municipal  
schools in Caxias do Sul/RS**

**Evaluación del estado nutricional e insatisfacción corporal en estudiantes de escuelas  
municipales de Caxias do Sul/RS**

Leticia Rama Costa (<https://orcid.org/0009-0008-1643-6868>)

Heloísa Theodoro (<https://orcid.org/0000-0001-8109-371X>)

**Resumo** *O presente estudo tem como objetivo avaliar o estado nutricional, insatisfação corporal e comportamento alimentar de escolares de 6 a 16 anos de escolas municipais de Caxias do Sul/RS. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, realizado com 1.162 escolares matriculados na rede municipal de ensino. O nível de satisfação corporal foi avaliado através da escala de silhuetas de Stunkard (1983). Para a classificação do estado nutricional, foram utilizadas medidas antropométricas: peso, estatura e circunferência abdominal. O comportamento alimentar foi avaliado através da frequência alimentar e tipo de alimento consumido obtido a partir de um questionário de acordo com o autorrelato do escolar. Foi realizado o teste de Qui-Quadrado de Pearson e de Associação Linear. As variáveis com valor  $p \leq 0,05$  foram consideradas associadas ao desfecho. Resultados: Observou-se uma alta prevalência para insatisfação corporal (34,8%) entre os escolares, estando relacionado ao estado nutricional sobrepeso/obesidade (35%) ( $p = <0,001$ ) e o consumo de ultraprocessados (69,7%) ( $p = 0,02$ ). Conclusão: É de extrema importância que*

*ações sejam desenvolvidas afim de fazer com que o escolar obtenha uma maior aceitação pela própria imagem e compreenda a importância de possuir hábitos alimentares mais saudáveis.*

**Palavras-chave:** *Insatisfação corporal, Estado nutricional, Estudantes, Ingestão de alimentos.*

**Abstract** *The present study aims to evaluate the nutritional status, body dissatisfaction and eating behavior of schoolchildren aged 6 to 16 years from municipal schools in Caxias do Sul/RS. Methodology: This is a cross-sectional study, carried out with 1,162 schoolchildren enrolled in the municipal school system. The level of body satisfaction was assessed using the Stunkard silhouette scale (1983). Anthropometric measurements were used to classify nutritional status: weight, height and abdominal circumference. Eating behavior was assessed through food frequency and type of food consumed obtained from a questionnaire according to the schoolchild's self-report. Pearson's Chi-Square and Linear Association tests were performed. Variables with a p-value  $\leq 0.05$  were considered associated with the outcome. Results: A high prevalence of body dissatisfaction (34.8%) was observed among students, which was related to overweight/obesity (35%) ( $p = <0.001$ ) and consumption of ultra-processed foods (69.7%) ( $p = 0.02$ ). Conclusion: It is extremely important that actions be developed in order to ensure that students have greater acceptance of their own image and understand the importance of having healthier eating habits.*

**Key words:** *Body dissatisfaction, Nutritional status, Students, Food intake.*

**Resumen** *El presente estudio tiene como objetivo evaluar el estado nutricional, la insatisfacción corporal y la conducta alimentaria de estudiantes de 6 a 16 años de escuelas municipales de Caxias do Sul/RS. Metodología: Se trata de un estudio transversal, realizado*

*con 1.162 estudiantes matriculados en la red educativa municipal. El nivel de satisfacción corporal se evaluó mediante la escala de silueta de Stunkard (1983). Para clasificar el estado nutricional se utilizaron medidas antropométricas: peso, talla y circunferencia de cintura. La conducta alimentaria se evaluó a través de la frecuencia de las comidas y el tipo de alimento consumido obtenidos a partir de un cuestionario según el autoinforme del estudiante. Se realizaron pruebas de Chi-Cuadrado y Asociación Lineal de Pearson. Se consideraron asociadas al resultado las variables con un valor de  $p \leq 0,05$ . Resultados: Se observó una alta prevalencia de insatisfacción corporal (34,8%) entre los escolares, relacionándose con el estado nutricional de sobrepeso/obesidad (35%) ( $p = <0,001$ ) y el consumo de alimentos ultraprocesados (69,7%) ( $p = 0,02$ ). Conclusión: Es de suma importancia que se desarrollen acciones para lograr que los estudiantes obtengan una mayor aceptación de su propia imagen y comprendan la importancia de tener hábitos alimentarios más saludables.*

**Palabras clave:** *Insatisfacción corporal, Estado nutricional, Estudiantes, Ingesta alimentaria.*

## **Introdução**

A insatisfação corporal corresponde a uma visão negativa que o indivíduo apresenta diante de seu próprio corpo, afetando principalmente a fase infanto-juvenil por ser definida por diversas transformações corporais, hormonais e comportamentais<sup>1,2</sup>. No Brasil, um estudo transversal realizado com 1.019 adolescentes, 75,1% do público avaliado, apresentou estar insatisfeito com a própria imagem corporal<sup>3</sup>. Outro estudo, realizado na região Sul do país com crianças de 7 a 10 anos, apontou uma prevalência de 91,9% para insatisfação corporal<sup>4</sup>.

Adolescentes do sexo feminino, ausência de atividade física, ingestão alimentar inadequada e estado nutricional classificado como excesso de peso/obesidade, são preditores significativos para o desenvolvimento da insatisfação corporal<sup>5,3</sup>. Somado a isto, ainda existem as mídias sociais, que buscam divulgar e valorizar o corpo magro como símbolo de saúde e sucesso, com isso, o indivíduo que possui uma imagem corporal que não atinge os padrões de beleza instituídos pela sociedade passa a sofrer uma pressão social desencadeando assim, uma rejeição pelo próprio corpo<sup>6,2,7</sup>.

Devido as mudanças ocorridas em relação ao perfil nutricional da população brasileira nas últimas décadas, observou-se que o aumento de sobrepeso e de obesidade está acometendo em maior número, a população que envolve crianças e adolescentes<sup>8</sup>. Visto que, o aumento do número de casos neste público, está diretamente ligado aos hábitos alimentares caracterizados pelo alto consumo de alimentos ultraprocessados que interferem no quadro nutricional adequado destes indivíduos<sup>9</sup>.

Com o intuito de conquistar o corpo perfeito, os adolescentes passam a apresentar comportamentos não saudáveis, tais como: controle excessivo do peso, redução do consumo alimentar, realização de dietas restritivas e uso de drogas e bebidas alcoólicas. Passam a desenvolver comportamentos obsessivos, impulsivos, perfeccionistas e de instabilidade afetiva, podendo levar os indivíduos até mesmo ao suicídio. Estas associações entre a

insatisfação corporal e o desenvolvimento de hábitos comportamentais inadequados, podem resultar em prejuízo à saúde física e psicológica, tendo como consequência o desencadeamento de transtornos alimentares, incluindo anorexia, bulimia e compulsão alimentar<sup>1,10</sup>.

Sendo assim, o excesso de peso, é considerado um dos principais problemas nutricionais no Brasil e está diretamente relacionado ao número significativo de crianças e adolescentes que apresentam insatisfação corporal<sup>11,12</sup>. Porém, a maioria dos estudos são realizados em adolescentes, apresentando uma escassez quando relacionados ao público infantil<sup>13</sup>. Diante do exposto, o presente projeto tem por objetivo avaliar o estado nutricional e insatisfação corporal em estudantes de 6 a 16 anos de escolas municipais de Caxias do Sul/RS.

## **Metodologia**

A descrição da metodologia do presente estudo seguiu a mesma do estudo de Andretta *et al.*<sup>14</sup>. Trata-se de um estudo observacional transversal, com escolares de 6 a 16 anos matriculados em escolas de ensino fundamental da rede municipal de Caxias do Sul-RS. O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Caxias do Sul sob o parecer n. 841.449.

A seleção da amostra foi do tipo semiprobabilística por conglomerados. Inicialmente os bairros, que possuíam escolas públicas, foram aleatoriamente selecionados de acordo com o rendimento nominal mensal domiciliar per capita da população. Caso o bairro possuísse mais que uma escola era feito um segundo sorteio para a escolha de apenas uma escola. No total, foram selecionadas dez escolas localizadas fora do meio rural e que possuíam no mínimo 200 alunos matriculados.

Para o cálculo do tamanho da amostra, considerou-se o número estimado de 35.302 escolares pertencentes ao Ensino Fundamental da Rede Municipal de Caxias do Sul; um intervalo de confiança (IC) de 95%; uma prevalência estimada do excesso de peso em

escolares de 30%; e uma margem de erro aceitável de 2.5%, chegando ao tamanho estimado de 1.289 escolares. Adicionou-se ainda, 10% para perdas e recusas, resultando em 1.418 escolares selecionados para a amostra.

A coleta de dados foi realizada no período entre maio de 2015 a dezembro de 2016. Com o consentimento da Secretaria Municipal de Educação, contataram-se as direções das escolas, nas quais todas aceitaram participar do estudo. Foram incluídos no estudo os escolares matriculados em escolas do ensino fundamental da rede municipal entre 6 a 16 anos de idade completos e com prévia autorização dos pais/responsáveis. Foram excluídos do estudo os escolares com as seguintes condições: deficiência física que impossibilitasse a tomada de medidas antropométricas; dietas restritivas especiais; deficiência ou distúrbio mental que impossibilitasse de responder o questionário.

Os pais/responsáveis pelos alunos selecionados para participarem do estudo foram prévia e devidamente informados sobre a aplicação dos procedimentos, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Depois do termo assinado e consentido por um responsável maior de idade, foi aplicado o questionário padronizado e realizadas as medidas antropométricas nos escolares. Todos os participantes tiveram garantido total sigilo de suas informações. Os alunos receberam a explicação sobre os objetivos e a importância do projeto e posteriormente foram convidados a participar do estudo mediante o Termo de Assentimento Voluntário e o retorno do questionário respondido pelos pais sobre hábitos alimentares e medidas antropométricas.

A coleta de dados foi realizada por acadêmicos do curso de Nutrição previamente capacitados e pelas nutricionistas coordenadoras da pesquisa. Em cada turma, ficou um entrevistador para explicar sobre o preenchimento do questionário e auxiliar em caso de dúvidas. Nas turmas do 1º ao 3º ano, os entrevistadores realizaram a aplicação do questionário individualmente e, subsequentemente, efetuaram as medidas antropométricas. Duas

estagiárias ficaram responsáveis por conduzir os alunos a uma sala de espera, onde foram convidados a retirar o calçado, jaqueta e/ou moletom, permanecendo apenas com as roupas mais leves (calça e camiseta). Os alunos participantes foram conduzidos em duplas para a sala de avaliação nutricional. As medidas antropométricas foram realizadas pelas nutricionistas coordenadoras da pesquisa. Posteriormente ao completo preenchimento do questionário, realizou-se a revisão e codificação dos dados. Caso fosse verificada alguma divergência, o aluno era identificado para realizar o esclarecimento.

O desfecho primário do estudo avaliou a insatisfação corporal por meio da Escala de Silhuetas ferramenta validada por Stunkard *et al.*<sup>15</sup>, composta por nove silhuetas femininas e nove silhuetas masculinas, que variam desde o mais magro até aquele com maior nível de gordura corporal. A escala foi acompanhada através das seguintes questões: 1- Circule a silhueta com a qual você se parece; 2 - Circule a silhueta com a qual você gostaria de se parecer. A variável "insatisfação com a imagem corporal", foi definida através da diferença entre a pontuação correspondente à figura que o participante julgava ser a atual (questão 1), e a que gostaria de se parecer (questão 2), podendo variar entre - 8 e + 8 pontos<sup>3</sup>. O indivíduo que marcasse pontuação entre +1 e -1 encontrasse satisfeito com a imagem corporal, já de - 2 a -8 apresentavam insatisfação para aumento de peso, e de +2 a +7, insatisfação para redução de peso.

O desfecho primário foi testado de acordo com as seguintes variáveis independentes:

Para a identificação das características demográficas dos participantes foram utilizados os seguintes dados: idade, sexo (feminino/masculino).

As análises antropométricas foram realizadas através do software *AnthroPlus*®<sup>16</sup>. Para análise do excesso de peso, foi utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC) para a idade. A classificação foi de acordo com o escore z, sendo o valor superior a um considerado com sobrepeso e superior a dois considerado com obesidade. O valor da massa corporal foi obtido

através de uma balança portátil da marca Cauduro®, com capacidade de 150kg e precisão de 100g<sup>17</sup>. A altura foi mensurada através do estadiômetro portátil da marca Sanny®, com capacidade de 200 cm e precisão de 0,1cm, fixado com fita adesiva em uma parede lisa, sem rodapé, utilizando-se o procedimento padrão<sup>17</sup>. A circunferência da cintura foi obtida através da medida no ponto médio da distância entre a crista ilíaca e o rebordo costal inferior, para isto, o escolar teve que ficar de pé, com o abdômen relaxado e braços estendidos ao longo do corpo. A roupa teve que ser afastada, de forma que a região da cintura ficasse despida. Para o procedimento foi utilizada a fita métrica inelástica (marca Sanny®, precisão de 1mm) devendo estar no mesmo nível em todas as partes da cintura; evitando de ficar solta e nem apertada<sup>17</sup>. Para a classificação utilizou-se o critério proposto por Taylor *et al.*<sup>18</sup>, que define como obesidade abdominal o indivíduo que apresente percentil >80. Todas as aferições foram realizadas em duplicata, tendo como resultado final as médias dessas aferições.

Para avaliar as variáveis comportamentais utilizou-se o número de refeições realizadas ao longo do dia ( $\leq 3$  refeições/dia ou  $\geq 4$  refeições/dia). Se consome a alimentação ofertada pela escola (sim/não). E o consumo dos alimentos foram avaliados através do questionário validado por Assis *et al.*<sup>19</sup>, o qual analisa os alimentos consumidos nas refeições (café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar, lanche da noite ou ceia) do dia anterior e classificados de acordo com o grau de processamento segundo o Guia Alimentar (2014)<sup>20</sup>: in natura e minimamente processado, processado e ultraprocessado.

Para a análise estatística a digitação dos dados foi realizada pelo procedimento de dupla entrada no programa EPI-DATA (Epidata Association, Odense, Dinamarca) versão 3.1. Também, foram realizadas comparações das digitações e análise de consistência entre elas. Após a digitação, os dados foram analisados no Stata, versão 14 (StataCorp, CollegeStation, Texas, Estados Unidos). Os resultados foram apresentados de forma descritiva por meio de frequência absoluta e relativa. Foi realizado o teste de Qui-Quadrado de Pearson e de

Associação Linear. As variáveis com p valor  $\leq 0,05$  foram consideradas associadas ao desfecho.

## **Resultados**

Para o presente estudo foram analisados 1.162 escolares de 6 a 16 anos, no qual a média da silhueta corporal em que eles se pareciam foi de 3,9 ( $\pm 1,8$ ) e a média da silhueta corporal na qual eles gostariam de se parecer foi de 3,43 ( $\pm 1,6$ ).

Em relação às variáveis demográficas, observou-se que a maioria dos escolares possuíam idade entre 6 a 11 anos (70,9%) e eram do sexo feminino (54,8%). Considerando o consumo alimentar apresentado pelos escolares, a maioria consumia a alimentação ofertada pela escola sendo de 91,2% e os mesmos realizavam 4 ou mais refeições ao longo do dia (88,9%). A prevalência do consumo de alimentos ultraprocessados foi elevada, sendo de 69,7%. Em relação ao estado nutricional, observou-se que 14,7% estavam com obesidade e 20,3% com sobrepeso. A prevalência de obesidade abdominal foi de 17,3% (Tabela 1).

De acordo com a tabela 1, a prevalência de satisfação com a imagem corporal foi de 65,1%, já em relação a insatisfação verificou-se que 10,3% dos escolares gostariam de aumentar o seu peso corporal e 24,5% gostariam de reduzir o seu peso corporal. Identificou-se que os alunos com idade de 6 a 11 anos apresentaram maior insatisfação corporal tanto para o ganho de peso (72,3%) quanto para a redução de peso (73,9%), este dado porém sem significância estatística.

Quanto ao número de refeições realizadas por dia, observou-se que 14,8% dos estudantes que gostariam de reduzir o peso realizavam até 3 refeições por dia enquanto aqueles que tinham o desejo de aumentar o peso realizavam 4 ou mais refeições (96,7%) ( $p = 0,004$ ). De acordo com o consumo de alimentos ultraprocessados, analisou-se que 79,2% dos

estudantes que consumiam alimentos ultraprocessados desejavam aumentar de peso, enquanto que 34,7% dos escolares que não consumiam desejavam perder peso ( $p = 0,02$ ).

Considerando o estado nutricional, observou-se que 91,5% dos escolares mesmo estando classificados como eutróficos, desejavam ganhar peso enquanto que, 32% dos que apresentavam sobrepeso e 38,4% obesidade, ambos respectivamente apresentavam insatisfação para redução de peso ( $p < 0,001$ ). Em relação a circunferência abdominal, identificou-se que 97,5% dos escolares que não foram classificados com obesidade abdominal apresentavam insatisfação para ganho de peso, enquanto que, 44,5% dos que apresentavam obesidade abdominal, desejavam perder peso ( $p < 0,001$ ).

**Tabela 1 – Descrição da amostra e prevalência de satisfação e insatisfação corporal de escolares de 6 a 16 anos de escolas municipais de Caxias do Sul-RS (n= 1.162).**

Variável	N (%)	Prevalência de Satisfação Corporal (%)	Prevalência de Insatisfação Corporal para Ganho de Peso (%)	Prevalência de Insatisfação Corporal para Redução de Peso (%)	Valor p
<b>Idade (anos)</b>					0,14
6 a 11	817 (70,9)	69,5	72,3	73,9	
12 a 16	336 (29,1)	30,5	27,7	26,1	
<b>Sexo</b>					0,58
Feminino	627 (54,8)	55,4	53,3	46,3	
Masculino	518 (45,2)	44,6	46,7	53,7	
<b>Consumo da Alimentação Escolar</b>					0,25
Sim	1034 (91,2)	91,5	94,2	89,1	
Não	100 (8,8)	8,5	5,8	10,9	
<b>Número de refeições por dia</b>					0,004
≤ 3	126 (11,1)	11,0	3,3	14,8	
≥ 4	1007 (88,9)	89,0	96,7	85,2	
<b>Consumo de Alimento Ultraprocessado</b>					0,02
Sim	810 (69,7)	69,9	79,2	65,3	
Não	352 (30,3)	30,1	20,8	34,7	
<b>Estado Nutricional</b>					< 0,001
Eutrófico	733 (65,0)	74,5	91,5	29,6	
Sobrepeso	229 (20,3)	18,0	5,9	32,0	
Obesidade	166 (14,7)	7,4	2,5	38,4	
<b>Obesidade Abdominal</b>					< 0,001
Não	961 (82,7)	90,5	97,5	55,8	
Sim	201 (17,3)	9,5	2,5	44,2	
<b>Satisfeito para Ganho de Peso</b>	757 (65,1)				
<b>Insatisfeito para Ganho de Peso</b>	120 (10,3)				
<b>Insatisfeito para Redução de Peso</b>	285 (24,5)				

Em relação a média e desvio padrão do consumo de alimentos de acordo com o grau de processamento (tabela 2), identificou-se que os estudantes que tinham o desejo de reduzir o peso consumiram menos alimentos processados (1,9) quando comparados aos que estavam satisfeitos com a imagem corporal (2,3) e aqueles que desejavam aumentar o peso (2,2) ( $p = 0,02$ ). Porém, de acordo com o consumo de alimentos ultraprocessados, observou-se que os estudantes que desejavam ganhar peso, consumiam mais alimentos ultraprocessados (1,8) do que os estudantes que apresentavam estar insatisfeitos para redução de peso (1,5) e os que se encontravam satisfeitos com a imagem corporal (1,5), este dado, porém sem significância estatística ( $p = 0,07$ ).

**Tabela 2 – Média e desvio padrão do consumo de alimentos de acordo com o grau de processamento em relação à satisfação corporal em escolares de 6 a 16 anos de escolas municipais de Caxias do Sul-RS (n= 1.162).**

	Porções/ dia	N	Média	Desvio Padrão	Valor p
<b>In Natura/ minimamente processado</b>	Satisfeito	757	5,3	3,7	0,63
	Insatisfação para ganho de peso	120	5,0	3,2	
	Insatisfação para redução de peso	285	5,4	3,5	
	Total	1162	5,2	3,6	
<b>Processado</b>	Satisfeito	757	2,3	1,4	0,02
	Insatisfação para ganho de peso	120	2,2	1,3	
	Insatisfação para redução de peso	285	1,9	1,3	
	Total	1162	2,3	1,4	
<b>Ultraprocessado</b>	Satisfeito	757	1,5	1,6	0,07
	Insatisfação para ganho de peso	120	1,8	1,6	
	Insatisfação para redução de peso	285	1,5	1,6	
	Total	1162	1,5	1,6	

## Discussão

O presente estudo apresentou um número elevado de escolares que estavam insatisfeitos com a própria imagem corporal, no qual 24,5% do público avaliado desejava reduzir de peso, enquanto que 10,3% desejava aumentar de peso, percentual considerado significativo quando relacionado a faixa etária estudada. Em relação as demais variáveis associadas ao desfecho insatisfação corporal, encontrou-se um percentual elevado em relação ao consumo de alimentos ultraprocessados (69,7%), 88,9% realizavam  $\geq 4$  refeições ao dia,

20,3% das crianças e adolescentes apresentavam sobrepeso e respectivamente 14,7% obesidade e 82,7% do público avaliado não apresentava obesidade abdominal.

O estudo realizado com os escolares da rede municipal de Caxias do Sul-RS encontrou uma prevalência de 34,8% para insatisfação corporal, consistente ao estudo realizado na cidade de Pelotas-RS com 810 estudantes, no qual 30,8% encontravam-se insatisfeitos com o próprio corpo<sup>21</sup>. Um estudo realizado em Montes Claros, município de MG, com 535 escolares apresentou uma prevalência de insatisfação corporal de 39,6%<sup>12</sup>. Contudo, outros trabalhos apresentaram prevalência de insatisfação corporal superiores ao presente estudo, como o de Carvalho *et al.*<sup>3</sup>, realizado com 1.019 adolescentes no qual os resultados apontaram que 75,1% do público avaliado, apresentava estar insatisfeito com a própria imagem corporal, percentual obtido a partir da escala de silhuetas de Stunkard e colaboradores (1983), no qual foi considerado insatisfação corporal quando apresentasse pontuação diferente de um. Já um estudo realizado no sul do Brasil com crianças de 7 a 10 anos, no qual utilizou-se a escala de silhuetas desenvolvida por Kakeshita e colaboradores (2009), considerando como insatisfação corporal quando apresentasse pontuação diferente de zero, apontou que, 91,9% do público avaliado apresentava insatisfação corporal<sup>4</sup>.

O aumento significativo de insatisfação corporal está associado a diferentes fatores como alimentação inadequada, atividade física isenta, estado nutricional classificado como sobrepeso/obesidade juntamente com as mídias sociais, que estão crescendo rapidamente devido ao acesso facilitado que apresentam<sup>5</sup>. Segundo o estudo de Lira *et al.*<sup>22</sup>, as mídias sociais são vistas como plataformas que conseguem transmitir informações instantâneas aos seus usuários, onde crianças e adolescentes acabam sendo influenciados por tendências que procuram idealizar um determinado padrão de beleza<sup>23</sup>. Com isto, na fase infanto-juvenil o corpo vai além da beleza, é visto também como uma forma de comunicação para atingir níveis sociais mais significativos, porém quando a imagem corporal não atinge os padrões de

beleza impostos pela sociedade, o indivíduo passa a sofrer uma pressão social, desencadeando uma rejeição pelo próprio corpo<sup>2</sup>. Além disso, a literatura mostra que, as meninas tendem a apresentar maior insatisfação corporal quando comparadas ao sexo masculino, comportamento que reflete uma grande preocupação associada ao ganho de peso. Além disso, existe uma pressão cultural e social que o público feminino sofre em relação a aquisição da magreza, vista como um padrão ideal<sup>24</sup>.

Em relação a frequência alimentar, o presente estudo apontou uma alta prevalência para insatisfação corporal quando comparado ao número de refeições realizadas ao longo do dia ( $\geq 4$  refeições/dia) no qual, 96,7% dos escolares desejavam ganhar peso, enquanto que, 85,2% desejavam reduzir de peso. Ao contrário do estudo de Morais *et al.*<sup>25</sup>, realizado com adolescentes do sexo feminino de 14 a 19 anos, que apresentou maior percentual para insatisfação corporal naquelas participantes que realizavam menos que 4 refeições/dia. Outro estudo realizado com 708 escolares de 7 a 14 anos, apontou que, a ingestão de mais de 4 refeições/dia foi maior nas crianças e adolescentes do sexo masculino (77,9%) quando comparados ao sexo feminino (66,6%)<sup>26</sup>. Visto que, a redução no número de refeições/dia impacta principalmente no público feminino, com o objetivo de garantir redução de peso<sup>27</sup>.

O consumo de alimentos ultraprocessados pelo público avaliado foi de 69,7%, percentual considerado significativo quando comparado ao percentual de escolares que não faziam o consumo destes alimentos (30,3%). Dentre os escolares que consumiam alimentos ultraprocessados, 79,2% desejavam aumentar de peso e 65,3% desejavam perder peso, corroborando com outro estudo, que mostrou que os adolescentes com padrões alimentares inadequados apresentaram maiores percentuais para insatisfação corporal<sup>3</sup>. Resultados que podem estar associados a fase em que o público avaliado se encontra, no qual tendem a desenvolver seus próprios hábitos alimentares, optando por consumir alimentos mais palatáveis, ricos em gorduras, açúcares e sódio que excedem o consumo de alimentos ricos

em nutrientes essenciais para o desenvolvimento saudável<sup>28</sup>. Um estudo realizado em uma cidade do Ceará apontou que, 63,6% dos adolescentes apresentavam consumo de alimentos de alta densidade calórica (refrigerantes, guloseimas, biscoitos doces e embutidos)<sup>29</sup>.

O presente estudo apontou que os adolescentes que apresentaram sobrepeso e obesidade (32% e 38,4%) e circunferência abdominal com percentil >80 desejavam reduzir de peso. Embora a maioria do público avaliado encontrou-se classificado como eutrófico, houve uma elevada prevalência para insatisfação corporal, corroborando com este achado, um estudo realizado com 563 crianças, na qual a maioria encontrava-se eutróficas, obteve-se uma prevalência para insatisfação corporal de 88,60%. Já um estudo transversal realizado na região nordeste do país, apontou que os adolescentes que apresentavam estado nutricional adequado e circunferência abdominal normal desejavam ter silhuetas maiores, enquanto que, os adolescentes com sobrepeso e obesidade e circunferência da cintura inadequada, desejavam obter silhuetas menores. Os respectivos achados apontam que, a insatisfação corporal pode ser presenciada em indivíduos com diferentes estados nutricionais, inclusive os que se encontravam eutróficos<sup>13,7</sup>. Relacionado a estas variáveis, Washington<sup>30</sup>, propõe um método de automonitorização no qual familiares, educadores e profissionais da área da saúde devem ensinar a criança e o adolescente de uma forma positiva a controlar a alimentação e a prática de atividade física de modo a alcançar a perda de peso gradual de forma saudável, evitando de fazer com que este público que apresenta sobrepeso/obesidade se sinta culpado pelos hábitos pessoais relacionados ao ganho de peso apresentado.

Os resultados apresentados no presente estudo mostram que, medidas para a prevenção do desenvolvimento e agravamento da insatisfação corporal devem ser incentivadas, com o objetivo de corrigir as percepções inadequadas em relação a imagem corporal que o indivíduo apresenta. Podendo estabelecer estratégias para a promoção saudável da percepção da autoimagem corporal, através de métodos para a obtenção do peso corporal adequado, como a

realização de exercícios/atividades físicas, alimentação saudável e redução do tempo de exposição às mídias sociais (< 2 horas/dia). Sendo estas, medidas a serem desenvolvidas em ambientes escolares e unidades de atenção primária<sup>31</sup>.

O presente estudo apresenta algumas limitações. Devido o estudo ser de delineamento transversal, no qual os dados são coletados em um único momento, dificulta o estabelecimento das relações de causa e efeito entre as variáveis estudadas. Outra limitação possivelmente apresentada, é a utilização da escala de silhuetas, que mesmo sendo uma ferramenta validada para a avaliação da imagem corporal, pode confundir o indivíduo no momento da escolha das imagens, devido apresentar várias silhuetas com composições muito parecidas. E o uso de questionários autoaplicáveis podem levar o indivíduo avaliado a subestimar ou superestimar determinadas escolhas de respostas devido a erros de interpretação e de memória apresentados no momento do preenchimento do mesmo.

## **Conclusão**

No presente estudo a prevalência para insatisfação corporal esteve associada ao excesso de peso e consumo de ultraprocessados apresentado pelos escolares. A insatisfação corporal é considerada um fator preocupante para a saúde dos escolares, pois pode levar o indivíduo a desenvolver comportamentos não saudáveis que interferem no crescimento e desenvolvimento.

É de extrema importância que políticas públicas sejam trabalhadas no âmbito escolar e familiar, envolvendo a questão da autoestima, desvinculando a satisfação com a imagem quando relacionadas ao peso corporal, de forma com que a criança/adolescente consiga obter uma visão mais positiva da sua autoimagem, fazendo com que compreenda que seu padrão estético não precisa se igualar aos demais padrões presentes em meio a sociedade.

E juntamente, buscar trabalhar com estratégias afim de incentivar a promoção de saúde para este público, através de ações/oficinas que envolvam hábitos alimentares saudáveis, ressaltando a importância e o impacto positivo que isto trará para a saúde do público estudado.

## **Referências**

1. Wroblevski B, Lucas MS, Silva RM, CunhaMS. Relação entre insatisfação corporal e saúde mental dos adolescentes brasileiros: um estudo com representatividade nacional. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.27, n. 8, 2022.
2. Fonseca JS, Silva KBB, Silva RCR, Santana MLP. Imagem corporal e autoestima em adolescentes da rede pública estadual de salvador-bahia. *Psicol. estud.*, v. 28, 2023.
3. Carvalho GX, Nunes APN, Moraes CL, Veiga GV. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, p. 2769-2782, 2020.
4. Rezende LA, Hamu TCDS, Bizinotto T, Porto CC, Formiga CKMR. Factors associated with satisfaction and distortion of body image among children from 7 to 10 years of age. *J. Phys. Educ.*, v. 33, 2022.
5. Fantineli ER, Silva MP, Campos JG, Neto NAM, Pacifico AB, Campos W. Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 10, p. 3989-4000, 2020.
6. Amaral ACS, Medeiros ASF, Araújo ACMR, Ana AAS, Hudson TA, Ferreira MEC. Apreciação corporal e aspectos associados entre adolescentes e mulheres jovens. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. v. 68 n. 1, p. 16-22, 2019.
7. Andrade LR, Santana MLP, Costa PRF, Assis AMO, Kinra S. Imagem corporal está associada com estado antropométrico em adolescentes, mas não com estilo de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 28, n. 1, 2023.

8. Lacerda AT, Carmo AS, Sousa TM, Santos LC. Participação de alimentos ultraprocessados na dieta de escolares brasileiros e seus fatores associados. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 38, 2020.
9. Melo KS, Silva KLGD, Santos MMD. Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar de pré-escolares e escolares residentes em caetés-pe. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12 n. 76, p. 1039-1049, janeiro/dezembro 2018.
10. Batista LS, Gonçalves HVB, Bandoni DH. Relationship of sociodemographic conditions with the formation of body image in Brazilian adolescents. *Revista Nutrição*, v. 34, 2021.
11. Rossi CE, Costa LCF, Machado MS, Andrade DF, Vasconcelos FAG. Fatores associados ao consumo alimentar na escola e ao sobrepeso/obesidade de escolares de 7-10 anos de Santa Catarina, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, n. 2, p.443-454, 2019.
12. Pinho L, Brito MFSF, Silva RRV; Messias RB, Silva CSO, Barbosa DA, Caldeira AP. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, n. 2, 2019.
13. Silva RR, Galvão LL, Claumann GS, Santos L, Santos RG, Santos DAT. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em escolares dos anos iniciais do ensino fundamental. *Brazilian Journal of Science and Movement*, v. 33, n. 3, 2022.
14. Andretta V, Siviero J, Mendes KG, Motter FR, Theodoro H. Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados em uma amostra de base escolar pública no Sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 4, p. 1477-1488, 2021.
15. Stunkard AJ, Sørensen T, Schulsinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis*. 1983;60:115-20.
16. World Health Organization (WHO). AnthroPlus for Personal Computers. Software for assessing growth of the world's children and adolescents. Geneva: WHO, 2009.

17. World Health Organization (WHO). Expert Committee. *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. Geneva: WHO;1995.
18. Taylor RW, Jones IE, Williams SM, Goulding A. Evaluation of waist circumference, waist-to-hip ratio, and the conicity index as screening tools for high trunk fat mass, as measured by dualenergy X-ray absorptiometry, in children aged 3-19 y. *Am J Clin Nutr*. 2000;72:490-5.
19. Assis AMA, Benedet J, Kerpel R, Vasconcelos FAG, Di Pietro PF, Kupek E. Validação da terceira versão do Questionário Alimentar do Dia Anterior (QUADA-3) para escolares de 6 a 11 anos. *Cad Saude Publica* 2009; 25(8):1816-1826.
20. Brasil. Ministério da Saúde (MS). Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: MS; 2014.
21. Quandt VG, Silva TM, Kaufmann CC, Bielemann RM, Muniz LC, Mintem GC. Imagem corporal e fatores associados em estudantes da rede municipal de ensino em uma cidade no sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 29(5):1-16, 2024.
22. Lira AG, Ganen AP, Lodi AS, Alvarenga MS. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *J Bras Psiquiatr*. 2017; 66(3):164-71
23. Capetti AVS, Quiroga CV. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. *Revista de Psicologia da IMED, Passo Fundo*, vol. 10, n. 2, p. 161-177, Jul.-Dez., 2018
24. Canuto MDP, Silva AVL, Martins JV, Fonseca MM, Guimarães NS, Soares ADN, Gomes JMG. Fatores associados à obesidade abdominal em crianças matriculadas na rede pública de ensino, Barbacena, Minas Gerais. *Revista Paulista de Pediatria*, v.40, 2022.
25. Moraes NS, Miranda VPN, Priore SE. Associações entre insatisfação corporal e frequência alimentar em adolescentes do sexo feminino. *R. Assoc. bras. Nutr*. 2021; 12 (2): 5-20

26. Silva FA, Candiá SM, Pequeno MS, Sartorelli DS, Mendes LL, Oliveira RM, et al. Daily meal frequency and associated variables in children and adolescents. *J Pediatr (Rio J)*. 2017;93:79-86.
27. Martini MCS, Assumpção D, Barros MBA, Filho AAB. Insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes: estudo de base populacional no município de Campinas, São Paulo, Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva*, v.25, n.3, p.967-975, 2020.
28. Poll FA, Miraglia F, D'avila HF, Reuter CP, Mello ED. Impact of intervention on nutritional status, consumption of processed foods, and quality of life of adolescents with excess weight. *Jornal de Pediatria*, v. 96, n. 5, p. 621-629, 2020.
29. Barbalho EV, Pinto FJM, Silva FR, Sampaio RMM, Dantas DSG. Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. *Cad Saúde Colet*, 2020;28(1):1 2-23.
30. Washington RL. Childhood obesity: issues of weight bias. *Prev Chronic Dis. September* 2011.
31. Justino MIC, Enes CC, Nucci LB. Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes. *Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.*, Recife, 20 (3): 725-734 jul-set., 2020.