

PREVALÊNCIA DE INSATISFAÇÃO CORPORAL EM ADULTOS JOVENS DE UMA CIDADE DO INTERIOR DO RIO GRANDE DO SUL.

MOREIRA, Michele Kruger Vaz¹; MINTEN, Gicele Costa²; HORTA, Bernardo Lessa; GIGANTE, Denise Petrucci²

¹ Universidade Federal de Pelotas- Faculdade de Nutrição; ² Universidade Federal de Pelotas, Programa de Pós graduação em Epidemiologia.
michelekrugernutricao@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

A imagem corporal é um importante componente da identidade pessoal (KAKESHITA, 2006). Alterações dessa imagem podem levar a aspectos de controle de peso e dietas. Entretanto, nem sempre esse controle tem potencial para melhorar a saúde (KRAUSE, 2010). A insatisfação com o corpo pode constituir sérios problemas de saúde pública (CONTI et al., 2005), visto que tende a levar pessoas a aderirem a comportamentos e condutas alimentares inadequadas, como, por exemplo, anorexia e bulimia (NUNES, 1998).

A insatisfação corporal é encontrada em ambos os sexos. Entretanto, ela se manifesta de maneira diferente entre homens e mulheres. Sendo assim, as mulheres anseiam por uma silhueta menor, enquanto os homens almejam um corpo mais musculoso (COQUERO et al., 2008; DAMASCENO et al., 2005). Segundo Gigante et al. quase metade dos problemas mundiais em saúde decorrem de doenças relacionadas ao estado nutricional (GIGANTE et al., 2008). O estado nutricional, por sua vez, também influencia no grau de insatisfação corporal, e se apresenta de forma distinta entre pessoas eutróficas e naquelas com excesso de peso.

Perceber o desejo de ter um corpo diferente do seu estado nutricional atual pode ajudar profissionais da saúde a elaborar estratégias que visem a prevenir o problema da insatisfação com o corpo. Diante disso, o objetivo do trabalho é avaliar a prevalência de insatisfação corporal entre os membros do estudo de coorte, realizado na cidade de Pelotas-RS, acompanhados desde 1982, e verificar a sua distribuição de acordo com o sexo e o estado nutricional dos participantes.

2 METODOLOGIA (MATERIAL E MÉTODOS)

Em 2004-5 foram entrevistados 4.297 indivíduos de um total de 5.914 nascidos vivos em maternidades e cujas mães residiam na zona urbana da cidade de Pelotas em 1982. Ao longo desses anos, os participantes têm sido avaliados em vários acompanhamentos. Mais informações sobre a metodologia da Coorte de 1982 são encontradas em artigo publicado em 2008 (BARROS et al., 2008). Durante os meses de outubro/2004 a agosto/2005, os participantes responderam a um questionário padronizado contendo informações demográficas, socioeconômicas e de saúde, e tiveram peso e altura aferidos. O questionário continha duas perguntas sobre percepção do tamanho corporal dos entrevistados: qual destas figuras tu identificas mais com o teu corpo? (tamanho corporal atual) e qual destas figuras se parece com o que tu gostarias que fosse teu corpo? (tamanho corporal ideal). Após

cada pergunta era apresentado ao entrevistado um bloco contendo nove silhuetas variando da figura 1 (menor silhueta) até a figura 9 (maior silhueta), de acordo com o gênero. Essa sequência de figuras foi organizada de maneira aleatória em cada bloco (Stunkard, 1983). O número da figura escolhida foi considerado a resposta. A escala de silhuetas de Stunkard constitui um instrumento bastante eficaz para avaliar a insatisfação corporal com o tamanho corporal. A definição operacional do desfecho foi realizada de acordo com as respostas para as duas perguntas, sendo considerada insatisfação corporal quando a figura escolhida para o tamanho corporal atual fosse menor ou maior do que aquela escolhida para o tamanho corporal ideal.

O estado nutricional foi avaliado de acordo com o índice de massa corporal (IMC), que é obtido mediante a divisão do peso corporal em quilos pelo quadrado da estatura em metros. Os indivíduos foram classificados, de acordo com os critérios preconizados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em baixo peso (IMC <18,5 kg/m²), peso adequado (IMC entre 18,5 kg/m² e 24,9 kg/m²), sobrepeso (IMC entre 25,0 kg/m² e 29,9 kg/m²) e obesidade (IMC ≥ 30,0 kg/m²).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados demonstram que a maioria dos indivíduos (64,1%) estava insatisfeita com sua imagem corporal (Fig 1). Essa insatisfação pode culminar, em casos extremos, na adesão de comportamentos autodestrutivos, como abuso de dietas que podem levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares (NUNES, 1998).

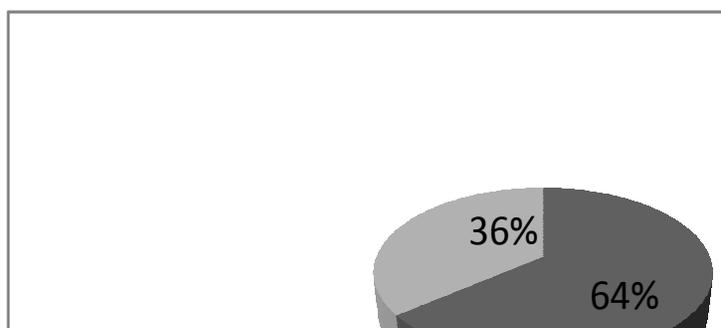


Figura 1- Prevalência de insatisfação corporal aos 23 anos na Coorte de 1982. Pelotas, 1982 a 2004-5.

Na comparação entre os gêneros (Fig 2), as mulheres (73,3%) apresentaram-se mais insatisfeitas do que os homens (56,1%) com valor $p < 0,001$. Tal resultado corroborou com um estudo transversal realizado na cidade de Pelotas-RS no ano de 2002, com frequentadores de academias da mesma cidade (TESSMER, 2006).

Ao comparar a insatisfação corporal com o estado nutricional foi possível concluir que o maior percentual de insatisfação se fez presente entre os obesos (92,5%). Outros estudos ajudam a reforçar esse resultado (SEUR, 2008; FERREIRA, 2002). As prevalências de insatisfação corporal foram superiores a 70%, tanto naqueles com sobrepeso, quanto nos com baixo peso ($p < 0,001$). Nos eutróficos, embora com uma prevalência menor, foi superior a 55%. Contudo, estes foram os menos insatisfeitos (Tab 1). Tal resultado intensifica a importância de iniciativas que visem a atividades relacionadas à educação nutricional, visto que pessoas, mesmo

classificadas como eutróficas, estavam menos insatisfeitas com sua imagem corporal, mas ainda apresentam percentuais elevados de insatisfação corporal.

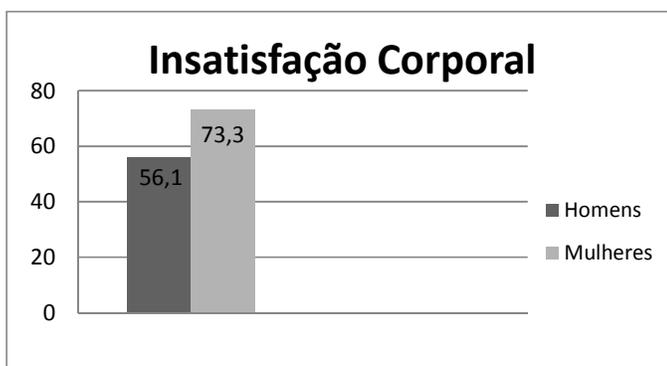


Figura 2- Prevalência insatisfação corporal de acordo com sexo aos 23 anos na Coorte de 1982. Pelotas, 1982 a 2004-5.

Tabela 1- Prevalência de insatisfação corporal de acordo com o estado nutricional aos 23 anos na coorte de 1982. Pelotas, RS (1982-2004/5).

| Variável | n | % |
|--|-------|------|
| Estado Nutricional (IMC Kg/m²) | | |
| Baixo peso ($\leq 18,5$) | 252 | 73,0 |
| Peso adequado (IMC entre 18,5 e 24,9) | 2.682 | 56,1 |
| Sobrepeso (IMC ≥ 25) | 829 | 75,9 |
| Obesidade (IMC ≥ 30) | 333 | 92,5 |

Tabela 2. % de insatisfação corporal entre os gêneros relacionado ao estado nutricional.

| Variável | Homens % | Mulheres % | Valor-p |
|---------------------------|-------------|---------------|---------|
| Estado Nutricional | | | < 0,001 |
| Baixo peso | 76,64% | 70,34% | |
| Peso adequado | 48,16% | 64,86% | |
| Sobrepeso | 63,65% | 94,50% | |
| Obesidade | 86,06% | 98,81% | |

Na presente análise verificou-se que a insatisfação corporal das mulheres foi bastante prevalente em todas as categorias de IMC, sendo um pouco menos frequente naquelas que estavam na faixa de peso adequado, e acima de 90% naquelas com excesso de peso (Tab 2). Entretanto, para os homens, aqueles com baixo peso apresentaram o segundo maior percentual de insatisfação corporal. Esses dados demonstram o desejo das mulheres possuírem uma silhueta menor, enquanto os homens tendem a almejar um corpo com maior tônus muscular (COQUERO et al., 2008; DAMASCENO et al., 2005).

4 CONCLUSÃO

Diante dos resultados obtidos, é possível concluir que a insatisfação corporal está muito presente na vida de adultos jovens. Tal insatisfação esteve associada ao

estado nutricional, mesmo que de forma diferente entre os gêneros. Estes resultados podem auxiliar a profissionais da saúde na elaboração de estratégias que visem a minimizar este problema, que pode ser determinante na qualidade de vida.

5 REFERÊNCIAS

BARROS, F. C.; VICTORA, C. G.; HORTA, B. L.; GIGANTE, D. P. Metodologia do estudo da coorte de nascimentos de 1982 a 2004-5, Pelotas, RS. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo- SP, v. 42, n. 2, p. 7-15, 2008.

CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas- SP, v. 18, n. 4, p. 491-497, 2005.

COQUEIRO, R. S.; PETROSKI, E. L.; PELEGRINI, A.; BARBOSA, A. R. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. **Revista de Psiquiatria-RS**, Porto Alegre- RS, v. 30, n. 1, p. 31-168, 2008.

DAMASCENO, V. O.; LIMA, J. R. P.; VIANNA, J. M.; VIANNA, V. R. A.; NOVAES, J. S. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo- SP, v. 11, v. 3, p. 181-186, 2005.

FERREIRA, M. C.; LEITE, N. G. M. Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. **Avaliação Psicológica**, Porto Alegre- RS, v. 2, p. 141-149, 2002.

GIGANTE, D. P.; MINTEN, G. C.; HORTA, B. L.; BARROS, F. C.; VICTORA, C. G. Avaliação nutricional de adultos da coorte de nascimentos de 1982, Pelotas, RS. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo- SP, v. 42, n. 2, p. 60-69. 2008.

KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S. S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo- SP, v. 40, n. 3, p. 497-504. 2006.

MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. São Paulo- SP: Elsevier Editora LTDA, 2010.

NUNES, M. A.; APPOLINARIO, J. C.; GALVÃO, A. L.; COUTINHO, W. **Transtornos Alimentares e Obesidade**. Porto Alegre- RS: Artimed, 1998.

SAUR, A. M.; PASIAN, A. M. Satisfação com a imagem corporal em adultos de diferentes pesos corporais. **Avaliação Psicológica**, Porto Alegre- RS, v. 7, n. 2, p.199-209, 2008.

TESSEMER, C. S.; SILVA, M. C.; PINHO, M. N.; GAZALLE, F. K.; FASSA, A. G. Insatisfação corporal em frequentadores de academia. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.14, n. 1, p. 7-12, 2006.

STUNKARD, A.; SORENSEN, T. SCHLUSINGER, F. Use of Danish adoption register for the study of obesity and thinness In: **Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis**, New York, V. 60, p. 115-20, 1983.