

 Mabel Nilson Alves<sup>1</sup>  
 Michele Dutra Rosolen<sup>1</sup>  
 Thielen Borba da Costa<sup>1</sup>  
 Fernanda Weber Bordini<sup>1</sup>

## Associação entre satisfação corporal e aspectos sociodemográfico, comportamental e de saúde de universitários

*Association between body satisfaction and sociodemographic, behavioral and health aspects of university students*

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Nutrição. Pelotas, RS, Brasil.

**Correspondência**  
Mabel Nilson Alves  
mabelnalves@yahoo.com.br

### Resumo

**Introdução:** A imagem corporal é um conceito multidimensional e dinâmico, segundo o qual as percepções são formadas com base em experiências, conceitos e comportamentos. Poucos estudos sobre satisfação corporal são realizados com universitários, sendo esse público sujeito a transtornos alimentares, considerando as particularidades desse período da vida. O objetivo deste estudo é avaliar a satisfação corporal e verificar sua associação com variáveis sociodemográficas, comportamentais e de saúde de estudantes universitários. **Métodos:** Estudo transversal realizado com 115 residentes na Casa de Estudantes Universitários, que responderam a um questionário autoaplicável. Sociodemográficas (idade, sexo, nacionalidade, região de origem, nível e área de atuação e escolaridade materna), comportamento (tabagismo, risco de consumo abusivo de álcool e nível de atividade física) e variáveis de saúde (diabetes *mellitus*, hipertensão, dislipidemia, depressão e / ou síndrome de pânico e estado nutricional). A análise descritiva dos dados foi realizada considerando um nível de significância de 95% (valor de  $p < 0,05$ ). **Resultados:** Os alunos apresentaram prevalência de 53,9% de satisfação com o próprio peso. Menos de 10% dos estudantes relataram ter diabetes *mellitus*, hipertensão arterial e dislipidemia. Treze por cento relataram sofrer de depressão e / ou síndrome de pânico. Pouco mais de um quarto dos estudantes eram fumantes, e essa proporção também ocorreu entre os estudantes que apresentaram risco de consumo prejudicial de bebidas alcoólicas. A prática de atividade física foi significativa entre os estudantes, uma vez que 45,5% eram ativos e 34,8% eram muito ativos. Em relação ao peso, 61,6% eram eutróficos e 53,9% estavam satisfeitos com o peso que possuíam. A insatisfação corporal foi significativamente associada a nacionalidade estrangeira e estado nutricional. **Conclusão:** As instituições de ensino superior precisam incluir o tema da satisfação corporal no cuidado de estudantes universitários, por meio de trabalho em equipe multidisciplinar, com o objetivo de desmistificar padrões estereotipados.

**Palavras-chave:** Imagem corporal. Estado nutricional. Saúde.

### Abstract

**Introduction:** Body image is a multidimensional and dynamic concept by which perceptions are formed based on experiences, concepts and behaviors. Few studies on body satisfaction are performed with university students, a public subject to eating disorders, considering the particularities of this period of life. This study aimed to evaluate body satisfaction and verify its association with sociodemographic, behavioral and health variables of university students. **Methods:** Cross-sectional study carried out with 115 residents of the University Student Houses, who answered a self-administered questionnaire. Socio-demographic (age, gender, nationality, region of

origin, level and course area and maternal education), behavior (smoking, risk of abusive consumption of alcohol and level of physical activity) and health variables (diabetes mellitus, hypertension, dyslipidemia, depression and/or panic syndrome and nutritional status) were analyzed. Descriptive data analysis was performed considering a significance level of 95% ( $p$  value  $< 0.05$ ). **Results:** Students presented a 53.9% prevalence of satisfaction with their own weight. Less than 10% of students reported having diabetes mellitus, arterial hypertension and dyslipidemia. Thirteen percent reported suffering from depression and/or panic syndrome. Slightly more than a quarter of the students were smokers, and this proportion also occurred among those who presented a risk of harmful consumption of alcoholic beverages. The practice of physical activity was significant among students, since 45.5% were active and 34.8% were very active. Regarding weight, 61.6% were eutrophic and 53.9% were satisfied with their weight. Body dissatisfaction was significantly associated with foreign nationality and nutritional status. **Conclusion:** Therefore, higher education institutions need to include the topic of body satisfaction in the care of university students through multidisciplinary teamwork aiming to demystify stereotyped patterns.

**Keywords:** Body image. Nutritional status. Health.

## INTRODUÇÃO

A imagem corporal é um conceito multidimensional e dinâmico, segundo o qual as percepções são formadas com base em experiências, conceitos e comportamentos.<sup>1</sup> Algumas características têm sido estudadas como fatores associados à satisfação corporal, como questões sociodemográficas, saúde e psicológicas, mas poucos trabalhos são relatados em estudantes universitários brasileiros e, além disso, referem resultados divergentes.<sup>2,3</sup>

Os estudantes universitários possuem características próprias, pois estão sujeitos às mudanças típicas da juventude e ainda envolvidos em mudanças sociais e culturais promovidas pela universidade. Muitas delas envolvem situações estressantes que podem afetar o funcionamento psicológico e psicossomático.<sup>4</sup> Conforme descrito por Hricová et al.,<sup>5</sup> o período de estudos universitários é especialmente arriscado para a manifestação de distúrbios alimentares, tendo repercussão direta sobre os hábitos alimentares, que em muitos casos se mantêm ao longo da vida.

Nesse contexto, destaca-se a insatisfação corporal como um fator de risco e manutenção mais consistente na patologia do transtorno alimentar, sendo associada à morbidade psicológica significativa ao longo da vida.<sup>6</sup> "Insatisfação com o peso corporal" é um termo utilizado para descrever a discrepância entre o peso real e o peso ideal percebido,<sup>7</sup> gerando muita preocupação com o próprio corpo.<sup>8</sup> Assim, avaliar a percepção da imagem corporal é de grande importância, pois representa a susceptibilidade do indivíduo às mudanças sociais, culturais e epidemiológicas em uma sociedade, e como tais mudanças afetam a autopercepção.<sup>9</sup> Além disso, pode-se verificar o quanto os valores estéticos, normas e padrões incorporados pela sociedade são capazes de transmitir e reforçar ideias sociais relacionadas ao corpo, com forte impacto na satisfação corporal.<sup>10</sup>

Cabe salientar que a atenção à saúde dos jovens na educação superior pública federal é uma das áreas de ações do Programa Nacional de Assistência Estudantil.<sup>11</sup> Considerando as diretrizes desse programa, o objetivo deste estudo foi fornecer dados para embasar ações de promoção da saúde direcionadas a estudantes universitários, por meio da análise da saúde geral e sobretudo no que diz respeito à satisfação corporal e fatores associados.

## MÉTODOS

Os dados apresentados neste artigo são parte de estudo transversal realizado com moradores das Casas de Estudantes Universitários da Universidade Federal do Rio Grande (CEU/FURG). No momento do estudo (janeiro e fevereiro de 2013), a FURG possuía cinco CEU no campus de Rio Grande-RS e uma no campus de Santo Antônio da Patrulha-RS, totalizando 287 estudantes.

Neste estudo, fizeram parte da pesquisa todos os estudantes matriculados em cursos de graduação e pós-graduação da Universidade Federal do Rio Grande moradores de CEU, de ambos os sexos, que deveriam estar presentes nas residências nos dias da pesquisa, para serem incluídos. Indivíduos cadeirantes, com nanismo, membros amputados, gestantes ou com outras características que impossibilitassem a interpretação da avaliação antropométrica utilizada no estudo foram excluídos da análise dos dados, porque para a avaliação antropométrica, métodos específicos deveriam ser utilizados, o que prejudicaria a análise e o agrupamento dos dados.

Os estudantes responderam a um questionário autoaplicado de acordo com a literatura atual e recomendada.<sup>12-17</sup> Além disso, um estudo piloto foi conduzido para testar o questionário, a fim de fazer os

ajustes necessários em sua estrutura e na coleta de informações, evitando assim a análise de dados distorcidos. A seguir, as variáveis obtidas por meio do questionário serão descritas.

Foram coletadas variáveis sociodemográficas, como: sexo (masculino e feminino); idade obtida e categorizada em < 20 anos, 20 a 24 anos e  $\geq$  25 anos; nacionalidade (brasileira ou estrangeira), região administrativa de origem: Norte, Nordeste, Sudeste, Sul e Centro-Oeste; escolaridade materna: obtida em anos completos de estudo e categorizada em 0-4; 5-8; 9-11 e 12 ou mais anos de estudo. No presente estudo, a variável escolaridade materna foi utilizada como marcador de nível econômico. Além disso, foi obtida a informação do curso de graduação ou pós-graduação e codificado em áreas de conhecimento: biológicas, exatas, humanas, agrárias e saúde.

As variáveis de saúde foram autorreferidas utilizando-se a pergunta: "Algum médico já disse que você tem...", sendo utilizada para indagar sobre a presença de diabetes mellitus, hipertensão arterial, dislipidemia, depressão e/ou síndrome do pânico. E o uso de cigarro ou de outro produtor de fumaça foi classificado de acordo com a Organização Mundial da Saúde,<sup>16</sup> sendo dicotomizados em tabagista, considerando o fumante diário, ocasional, e passivo e não tabagista, considerando o ex-fumante e o não-fumante.

Para a investigação sobre a ingestão de bebidas alcoólicas, foi utilizada a escala psicométrica do teste de identificação de transtornos causados pelo uso de bebida alcoólica, o AUDIT (*Alcohol Use Disorder Identification Test*), escala que possui a capacidade de verificar os domínios de uso arriscado do álcool, sintomas de dependência e uso nocivo. Apresenta alta sensibilidade e especificidade para utilização na população brasileira. O ponto de corte a ser adotado é o escore  $\geq$  8 obtido no AUDIT para definir uso arriscado ou prejudicial de álcool.<sup>18</sup> Para a verificação do nível de atividade física (NAF), foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) na sua versão curta.<sup>17</sup>

O estado nutricional dos estudantes foi definido a partir de dados antropométricos de peso (em quilogramas) e altura (em metros) autorreferidos. Essas medidas foram utilizadas para calcular o índice de massa corporal (IMC) e classificar o estado nutricional em baixo-peso, eutrófico, sobrepeso e obesidade.<sup>19</sup>

O desfecho foi a satisfação corporal, classificada em: satisfeito, insatisfeito por considerar-se acima do peso, insatisfeito por considerar-se abaixo do peso.

Após ampla divulgação na comunidade acadêmica, foram realizadas reuniões para esclarecimentos a respeito da pesquisa nas CEU, sendo que os estudantes que aceitaram participar do estudo assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para a realização do protocolo de pesquisa, o estudo obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa na Área da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande-RS, através do parecer nº 004/2014. Para garantir a padronização, as colaboradoras foram treinadas para a adotar a abordagem correta e explicar aos estudantes como preencher o questionário, além de como proceder à digitação dos dados em banco próprio, para análise posterior. A análise dos dados foi realizada de forma descritiva, considerando um valor de significância de 95% (valor  $p < 0,05$ ).

## RESULTADOS

A amostra deste estudo contou com a participação de 115 estudantes moradores das CEU/FURG. As mulheres representaram 62,6% da amostra, 52,6% eram indivíduos na faixa etária entre 21 e 25 anos, a maioria brasileira natural da Região Sul do país; mais de 90% eram estudantes de graduação, dos quais 60% eram das ciências exatas. A escolaridade materna maior ou igual a 12 anos configurou cerca de 30% da amostra (tabela 1).

**Tabela 1.** Características sociodemográficas de uma amostra de estudantes universitários, Rio Grande, 2014

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	43	37,4
Feminino	72	62,6
Idade		
≤ 20	35	30,7
21-25	60	52,6
26-30	12	10,5
≥ 31	7	6,1
Nacionalidade		
Brasileira	111	96,5
Estrangeira	4	3,5
Região de Origem		
Norte	3	2,7
Nordeste	3	2,7
Centro-Oeste	4	3,6
Sudeste	42	37,8
Sul	59	53,2
Nível do curso		
Graduação	111	96,5
Pós-graduação	4	3,5
Área do curso		
Humanas	23	21,7
Biológicas	15	14,2
Exatas	55	51,9
Saúde	9	8,5
Agrárias	14	3,7
Escolaridade Materna		
0-4	22	19,6
5-8	21	18,8
9-11	34	30,4
≥ 12	35	31,3
Total*	115	100

\*Em algumas variáveis o número de observações não corresponde a 115, em virtude de ausência de informações

Conforme ilustrado na tabela 2, menos de 10% dos estudantes referiram apresentar diabetes *mellitus*, hipertensão arterial e dislipidemia; 13% relataram sofrer de depressão e/ou síndrome do pânico. Pouco mais de um quarto dos estudantes eram tabagistas, proporção também de estudantes que apresentaram risco de consumo nocivo de bebidas alcoólicas. A prática de atividade física foi expressiva entre os estudantes, pois 45,5% eram ativos e 34,8% muito ativos. Quanto ao peso, 61,6% estavam eutróficos e 53,9% estavam satisfeitos com o peso que possuíam.

**Tabela 2.** Características de saúde e comportamentais de uma amostra de estudantes universitários, Rio Grande, 2014

Variáveis	N	%
Diabetes <i>Mellitus</i> (autorreferida)		
Sim	1	0,9
Não	114	99,1
Hipertensão Arterial (autorreferida)		
Sim	5	4,4
Não	110	95,6
Dislipidemia (autorreferida)		
Sim	8	7,0
Não	106	93,0
Depressão e/ou Síndrome do Pânico (autorreferida)		
Sim	15	13,0
Não	100	87,0
Tabagismo		
Sim	31	27,2
Não	83	72,8
Bebida		
Sem risco	84	73,0
Com risco	31	27,0
Atividade Física		
Inativo	22	19,6
Ativo	51	45,6
Muito Ativo	39	34,8
Estado Nutricional		
Baixo-Peso	9	8,0
Eutrófico	69	61,7
Sobrepeso	26	23,2
Obesidade	8	7,1
Satisfação Corporal		
Satisfação	62	53,9
Insatisfação acima	40	34,8
Insatisfação abaixo	13	11,3
Total*	115	100

Quanto à prevalência de satisfação corporal de acordo com as variáveis sociodemográficas, as mulheres apresentaram maior prevalência de insatisfação corporal, sendo 41,9% por considerarem estar acima do peso. A prevalência de satisfação corporal foi maior entre os estudantes com até 20 anos idade (60%), mostrando uma tendência de diminuir com o aumento da idade. Dos estudantes estrangeiros, 75% estavam insatisfeitos por acreditarem estar acima do peso; 25% por acreditarem estar abaixo do peso ( $p < 0,05$ ); e 55,9% estavam satisfeitos com seu peso. Os estudantes da Região Nordeste, de graduação, das ciências biológicas e cujas mães possuíam de cinco a oito anos de estudo apresentaram as maiores prevalências de satisfação corporal (tabela 3).

**Tabela 3.** Prevalência de Satisfação corporal de acordo com variáveis sociodemográficas em uma amostra de estudantes universitários, Rio Grande, 2014. (N=115)

Variáveis	Satisfação Corporal			P
	Satisfação	I. Acima	I. Abaixo	
	%	%	%	
Sexo				0,158
Masculino	54,2	30,6	15,3	
Feminino	53,5	41,9	4,7	
Idade				0,057
≤ 20	60,0	20,0	20,0	
21-25	56,6	36,7	6,7	
26-30	41,7	58,3	0,0	
≥ 31	28,6	57,1	14,3	
Nacionalidade				0,045
Brasileira	55,9	33,3	10,8	
Estrangeira	0,0	75,0	25,0	
Região de Origem				0,650
Norte	33,4	33,3	33,3	
Nordeste	100,0	0,0	0,0	
Centro-Oeste	50,0	25,0	25,0	
Sudeste	52,4	38,1	9,5	
Sul	57,6	32,2	10,2	
Nível do curso				0,781
Graduação	54,1	34,2	11,7	
Pós-graduação	50,0	50,0	0,0	
Área do curso				0,289
Humanas	43,5	43,5	13,0	
Biológicas	66,7	33,3	0,0	
Exatas	58,2	29,1	12,7	
Saúde	44,4	44,4	11,2	
Agrárias	50,0	0,0	50,0	
Escolaridade Materna				0,158
0-4	50,0	36,4	13,6	
5-8	61,9	38,1	0,0	
9-11	47,1	44,1	8,8	
≥ 12	60,0	20,0	20,0	

A prevalência de satisfação corporal relacionada com as variáveis de saúde e comportamentais mostrou ser maior entre: os que referiram não apresentar dislipidemia, depressão e/ou síndrome do pânico, os não tabagistas, os que não apresentaram risco de consumo nocivo de bebida alcoólica, os inativos e eutróficos. Já a prevalência de insatisfação corporal foi maior entre os diabéticos, hipertensos, muito ativos, com sobrepeso e obesidade por considerarem estar acima do peso. Dessas variáveis, a relação entre satisfação corporal e estado nutricional foi a única com significância estatística ( $p < 0,001$ ) e mostraram-se inversamente proporcionais (tabela 4).

**Tabela 4.** Prevalência de Satisfação corporal de acordo com variáveis de saúde e comportamentais em uma amostra de estudantes universitários, Rio Grande, 2014. (N=115)

Variáveis	Satisfação Corporal			P
	Satisfação %	I. Acima %	I. Abaixo %	
Diabetes <i>Mellitus</i> (autorreferida)				0,461
Sim	0,0	100,0	0,0	
Não	54,4	34,2	11,4	
Hipertensão Arterial (autorreferida)				0,409
Sim	40,0	60,0	0,0	
Não	54,6	33,6	11,8	
Dislipidemia (autorreferida)				0,980
Sim	50,0	37,5	12,5	
Não	54,7	34,0	11,3	
Depressão e/ou Síndrome do Pânico (autorreferida)				0,127
Sim	40,0	33,3	26,7	
Não	56,0	35,0	9,0	
Tabagismo				0,425
Sim	45,2	38,7	16,1	
Não	56,6	33,7	9,6	
Bebida				0,470
Sem risco	57,1	32,1	10,7	
Com risco	45,2	41,9	12,9	
Atividade Física				0,626
Inativo	63,6	27,3	9,1	
Ativo	54,9	31,4	13,7	
Muito Ativo	48,7	43,6	7,7	
Estado Nutricional				0,000
Baixo-Peso	44,4	0,0	55,6	
Eutrófico	71,0	17,4	11,6	
Sobrepeso	26,9	73,1	0,0	
Obesidade	12,5	87,5	0,0	

## DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo mostraram que 53,9% dos estudantes entrevistados estavam satisfeitos com o peso, com semelhança entre homens (54,2%) e mulheres (53,5%). Essa prevalência de satisfação corporal é superior à de outros estudos realizados também com universitários.<sup>3,20</sup> A associação do desfecho com o estado nutricional foi significativa, de maneira que os indivíduos eutróficos estavam satisfeitos com o peso. Da mesma forma, os indivíduos com baixo-peso estavam insatisfeitos por estarem com baixo-peso, e os que apresentavam sobrepeso ou obesidade estavam insatisfeitos por considerarem estar acima do peso. Essas relações também foram observadas por Silva et al.,<sup>3</sup> que destacaram a insatisfação corporal das mulheres mesmo quando elas estavam com o peso adequado. A associação da insatisfação corporal com o excesso de peso pode ser considerada como reflexo das influências dos padrões magros sobre universitários, fortemente disseminados pela sociedade, impondo a busca pela imagem corporal ideal.<sup>8</sup> Esses padrões disseminam a ideia de que as mulheres devem ser magras, tendo como

exemplo uma modelo de passarela e homens devem ser fortes e musculosos. Os universitários são susceptíveis a essa influência, pois a grande maioria encontra-se em busca por uma inserção social efetiva, visando estar dentro dos padrões ditos como “normais”.<sup>3,21</sup> Além disso, a preocupação com a saúde pode ter contribuído para as prevalências de insatisfação em relação ao peso corporal apresentadas nos universitários estudados, porque o ideal de saúde reafirma uma culpa individual relacionada ao peso, fortalecendo estereótipos comuns generalizados.<sup>22</sup> Por outro lado, isso pode representar um fator positivo, pois a preocupação com a saúde está relacionada à melhor qualidade de vida.<sup>23</sup>

Um aspecto a ser apontado diz respeito ao uso de medidas autorreferidas de peso e altura para avaliação do estado nutricional, pois se observou variabilidade das diferenças com os valores medidos, ocasionando erros de classificação do estado nutricional. Para usar esses dados é necessário cautela, embora eles já tenham sido validados como ferramenta útil nas restrições financeiras para coletas de dados.<sup>24</sup> Este é o caso do Ministério da Saúde, que desde 2006 realiza anualmente um inquérito nacional de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas (VIGITEL), utilizando dados autorreferidos de peso e altura, entre outros. Os resultados obtidos nesse inquérito são utilizados como base de planejamento e implementação de ações e programas sociais e de saúde.<sup>25</sup>

Outra relação significativa foi a estratificação por nacionalidade, evidenciando que todos os universitários estrangeiros estavam insatisfeitos com seu peso. Alguns autores, como Alves et al.<sup>26</sup> & Silva et al.,<sup>3</sup> ao revisarem o tema da imagem corporal e cultura, concluíram que a cultura influencia diretamente na percepção corporal e ideais de beleza, sendo que a cultura ocidental possui intrinsecamente uma intensa autocobrança pelos padrões magros e musculosos apresentados pela mídia. Rakhkovskaya & Warren<sup>27</sup> examinaram as relações entre identidade étnica, identidade americana, percepção de corpo magro e ideal, pressões por magreza e insatisfação corporal em 1.018 mulheres universitárias etnicamente diversas. Eles observaram que a identidade étnica atenuou a relação entre as pressões de magreza e insatisfação corporal para afro-americanas e asiáticas americanas, sendo considerada um fator de proteção contra a patologia alimentar nesses grupos. No entanto, a mesma relação não foi encontrada em estudantes americano-europeias ou latino-americanas. Em outra pesquisa com estudantes de uma universidade do nordeste dos Estados Unidos, verificou-se que os universitários afro-americanos demonstravam maior grau de investimento cognitivo e comportamental na aparência do que os europeu-americanos.<sup>28</sup> Diante disso e da carência de pesquisas que avaliem a influência da nacionalidade dos estudantes sobre seus estudos, se fazem necessários estudos que verifiquem os fatores que estão envolvidos na associação da insatisfação corporal e nacionalidade.

Quanto às demais variáveis sociodemográficas, observou-se que a maioria dos universitários era constituída por mulheres, assim como encontrado em outros estudos.<sup>12,29,30</sup> Esses resultados corroboram o último censo brasileiro, segundo o qual as mulheres apresentaram prevalências cada vez maiores de ingresso e de conclusão de curso de nível superior e menores taxas de evasão, quando comparadas aos homens no período de 2010-2016.<sup>30</sup> Quanto à escolaridade materna, em 61,7% dos universitários suas mães possuíam nove ou mais anos de estudo. Pauliscth et al.,<sup>12</sup> em estudo sobre fatores de risco comportamentais para doenças cardiovasculares em estudantes universitários, mostraram que 46,7% dos estudantes tinham a educação materna igual ou maior do que 12 anos; a satisfação corporal da amostra foi 55,8%, embora 40,6% do total (1.123) apresentassem IMC igual ou maior que 25,0 Kg/m<sup>2</sup>.

Ao relacionar a área do curso de graduação ou pós-graduação com a insatisfação corporal, esta sobressaiu nos cursos da área de humanas (56,5%), seguidos dos cursos da área da saúde (55,6%). Em estudantes da área da saúde, a satisfação corporal é possivelmente menor devido a uma autocobrança pelo

corpo saudável e dentro dos padrões considerados adequados e de ser um modelo estético para seus futuros pacientes.<sup>31</sup>

A escolaridade dos pais é outro fator importante, uma vez que é um bom preditor de condição socioeconômica. Famílias cujo “chefe” apresenta maior escolaridade tendem a ter melhor condição econômica. A escolaridade materna também tem forte ligação com a percepção corporal, embora poucos estudos a correlacionem, como citado na revisão de Souza et al.<sup>32</sup>, que menciona, entre 76 estudos, apenas uma pesquisa, a de Silva et al.,<sup>33</sup> que encontrou associação entre insatisfação por excesso de peso entre universitárias cujas mães estudaram por quatro anos ou mais. Da mesma forma, encontrou-se no presente estudo prevalência de 44,1% de insatisfação corporal, em estudantes que consideraram estar acima do peso e cujas mães possuíam 9-11 anos de escolaridade.

Neste estudo, observaram-se prevalências inferiores a 10% para diabetes *melittus*, hipertensão arterial e dislipidemias, entre os universitários entrevistados. Dados de diagnóstico referido, conforme o último inquérito telefônico em capitais brasileiras - VIGITEL<sup>25</sup> -, constatou prevalência de 4% de hipertensão, 0,8% de diabetes e 8,2% de dislipidemia em adultos de ambos os sexos, entre 18 e 24 anos de idade, sendo maiores as prevalências conforme o aumento da idade.<sup>25</sup> A relação da satisfação corporal com essas doenças mostrou que a insatisfação corporal por considerar estar acima do peso estava presente em todos os estudantes que referiram ser diabéticos e em 60% dos que referiram ser hipertensos. Cabe citar que, para essas doenças, há a necessidade da obtenção e manutenção de um peso saudável como parte do tratamento.<sup>34</sup>

Destaca-se que 13% dos universitários estudados referiram ter diagnóstico de depressão e/ou síndrome do pânico. Na literatura, estima-se que em média 24% dos estudantes universitários tenham alguns sintomas de depressão durante sua trajetória acadêmica, com maior prevalência os de ansiedade.<sup>35</sup> Esses sintomas são mais frequentes em estudantes universitários, porque possuem uma rede social pouco desenvolvida e tomam medidas extremistas e prejudiciais ao procurar novos grupos sociais.<sup>36</sup> No presente estudo, identificou-se maior prevalência de insatisfação corporal entre os estudantes que referiram ter essas doenças, mas sem significância estatística. Isso pode ter ocorrido devido ao pequeno tamanho da amostra,<sup>37</sup> pois a associação entre insatisfação corporal e presença de depressão/ansiedade já foi observada.<sup>6</sup>

Quando os indivíduos têm uma percepção negativa de seus corpos em relação a características culturalmente valorizadas, eles podem apresentar baixa autoestima, baixa satisfação na vida e sentimento de inferioridade, sendo importante ressaltar que tais comportamentos psicológicos podem ocasionar maior risco não só para distúrbios alimentares, mas também para depressão e ansiedade.<sup>38</sup> Esses achados reforçam a ideia de que a insatisfação corporal é fortemente vista como um dos principais riscos para distúrbios alimentares, pois impulsiona a adoção de medidas dietéticas extremas,<sup>39</sup> como excessivo ou insuficiente consumo alimentar, reproduzindo um ciclo entre saúde mental afetada e comportamento alimentar.<sup>340</sup>

Quanto às variáveis comportamentais, verificou-se que a prevalência de universitários tabagistas (27,2%) e dos que relataram consumir bebidas alcoólicas (27%) foi similar à do estudo de Guimarães et al.,<sup>41</sup> em indivíduos jovens com idade entre 20 e 24 anos de uma cidade brasileira, que apesar da alta prevalência não encontrou associação entre as variáveis. A vida universitária representa um fator de risco para o aumento do consumo de álcool e outras drogas, como o tabaco. Nesse período, o uso de drogas pode ser justificado, pela visão dos jovens, como um mecanismo para um possível alívio do cansaço observado, para relaxar diante do estresse e como forma de esquecer problemas; e ainda, devido ao distanciamento familiar, buscar novos amigos e o autoconhecimento.<sup>42,43</sup> Contudo, o aumento do uso de outras drogas entre estudantes universitários está inversamente associado à expectativa de vida dessa população, em

decorrência de comportamentos de risco que podem afetar seu bem-estar.<sup>43</sup> Ademais, altos níveis de álcool levam ao aumento do IMC.<sup>44</sup>

A prevalência de universitários ativos e muito ativos foi alta (80,4%) na amostra deste estudo, sendo superior à encontrada por outros autores.<sup>45</sup> A ausência de associação entre imagem corporal e atividade física já é relatada na literatura, inclusive em universitários de Educação Física.<sup>46</sup> Quando uma associação é encontrada, os insatisfeitos são os mais ativos fisicamente, se comparados aos satisfeitos, corroborando os achados do presente estudo. Este fato pode refletir a busca por perfis estereotipados por meio do exercício físico, seja através de um corpo mais delgado (insatisfação por excesso) ou mais musculoso (insatisfação por magreza). Esse resultado representa um aspecto de grande importância para a saúde dos universitários, porque a universidade acolhe principalmente jovens no início da vida adulta, caracterizando-se por uma fase de consolidação de valores, hábitos e comportamentos. Esses estudantes correm o risco de adotar comportamento sedentário devido a longos períodos frequentando aulas e estudando sentados. Por outro lado, eles ainda são jovens que devem estar em boa saúde e em um ambiente rico em informações, para incentivar e facilitar o envolvimento em várias formas de atividade física e outros comportamentos saudáveis.<sup>47</sup> Vale ressaltar que a prática de atividade física está associada à prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, fortalecimento e manutenção da massa óssea, modulação do humor, entre outros benefícios.<sup>48</sup>

## CONCLUSÃO

No presente estudo, a insatisfação corporal se mostrou associada com o estado nutricional e com a nacionalidade estrangeira dos participantes. Portanto, esses resultados indicam a necessidade de as instituições de ensino superior promoverem ações que visem desmistificar padrões estereotipados.

Por fim, percebe-se a necessidade de que mais estudos sejam realizados com a população universitária, visando elucidar fatores determinantes da satisfação corporal e o quanto ela impacta nas relações interpessoais e desempenho acadêmico.

## AGRADECIMENTOS

À Universidade Federal do Rio Grande-RS, Brasil.

## REFERÊNCIAS

1. De Araújo TS, Barbosa FVC, Gubert FDA, de Almeida PC, Martins MC, Carvalho QGDS, et al. Factors associated with body image perception among brazilian students from low human development index areas. *Journal School Nursing*. 2017;1-9. doi: 10.1177/1059840517718249
2. Frank R, Claumann GS, Pinto AA, Cordeiro PC, Felden EPG, Pelegrini A. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2016; 65(2):161-167. DOI: 10.1590/0047-2085000000118
3. Silva, LPR, Tucan, ARO, Rodrigues EL, Ré, PVD, Sanches, PMA, Bresan, D. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. *Einsten (São Paulo)*. 2019; 17(4):1-7. 10.31744/einstein\_journal/2019AO4642
4. Ruiz MNS, Fernández BM, Ontoso IA, Guillén-Grima F, Monzó IS, Armayor NC, et al. Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra. *Nutrition Hospitalaria*. 2015; 31(5):2269-2275.
5. Hricová L, Orosová O, Benka J, Petkeviciene J, Lukács A. Body dissatisfaction, body mass index and self-determination among university students from Hungary, Lithuania and Slovakia. *Ces a slov psychiat*. 2015; 111(2):64-71.

6. Sharpe H, Patalay P, Choo TH, Wall M, Mason SM, Goldschmidt AB, et al. Bidirectional associations between body dissatisfaction and depressive symptoms from adolescence through early adulthood. *Dev Psychopathol.* 2018 Oct; 30(4):1447-1458. doi: 10.1017/S0954579417001663.
7. Harris N, Gee D, Acquistio D, Ogan D, Pritchett K. Eating disorder risk, exercise dependence, and body weight dissatisfaction among female nutrition and exercise science university majors. *Journal Behavior Addict.* 2015; 4(3): 206–209.
8. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macías MD, Pagliari C, Vaquero-Abellan M. Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2019; 29:16(21). doi: 10.3390/ijerph16214177.
9. Laus MF, Kakeshita IS, Costa TMB, Ferreira MEC, Fortes LS, Almeida SS. Body image in Brazil: Recent advances in the state of knowledge and methodological issues. *Revista de Saúde Pública.* 2014; 48:331–346.
10. Jaeger MB, Câmara SG. Media and life dissatisfaction as predictors of body dissatisfaction. *Paidéia.* 2015; 61:183-190.
11. Imperatori TK. A trajetória da assistência estudantil na educação superior brasileira. *Serv. Soc. Soc.* 2017 mai./ago.; 129:285-303. <http://dx.doi.org/10.1590/0101-6628.109>
12. Paulistch RG, Dumith SC, Susin LRO. Simultaneity of behavioral risk factors for cardiovascular disease in university students. *Revista Brasileira de Epidemiologia.* 2017; 20(4):624-635.
13. Matsudo VKR, Ferrari GLM, Araújo TL, Oliveira LC, Mire E, Barreira TV, et al. Socioeconomic status indicators, physical activity, and overweight/obesity in Brazilian children. *Revista Paulista de Pediatria.* 2016; 34(2), 162-170. <https://doi.org/10.1016/j.rppede.2015.08.018>
14. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. *Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2016.* Brasília; 2017. 160p.: il.
15. Dwyer T, Zen EL, Weller W, Shuguang J, Kaiyuan G. *Jovens universitários em um mundo em transformação: uma pesquisa sino-brasileira.* 2016. Brasília: Ipea; Pequim: SSAP; 311 p. ISBN: 978-85-7811-277-6.
16. WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2005. Tobacco free initiative. Geneva, 2005.
17. Craig CL, Marshall AL, Sjostrom M, Bauman AE, Booth ML, Ainsworth BE, Pratt M, Ekelund U, Yngye A, et al. International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & Science in Sports & Exercise.* 2003; 35(8):1381-95.
18. World Health Organization. Department of Mental Health and Substance Dependence. *The Alcohol Use Disorders Identification Test Guidelines for Use in Primary Care Second Edition.* 2001.
19. World Health Organization. *Physical Status: the use and interpretation of anthropometry.* WHO Technical Report Series nº 854. Geneva, Switzerland; 1995.
20. Carvalho PHB, Figueiras JF, Neves CM, Coelho FD, Ferreira MEC. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria.* 2013; 62(2):108-114. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852013000200003>
21. Preston C, Ehrsson HH. Implicit and explicit changes in body satisfaction evoked by body size illusions: Implications for eating disorder vulnerability in women. *PLoS ONE.* 2018; 13(6): e0199426. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199426>
22. Justo AM, Camargo BV, Bousfield ABS. Sobrepeso e controle de peso: pensamento leigo e suas dimensões normativas. *Revista Psicologia: Teoria e Prática.* 2018; 20(2), 200:2012. <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v20n2p213-224>.
23. Silva WRD, Campos JADB, Marôco J. Impact of inherent aspects of body image, eating behavior and perceived health competence on quality of life of university students. *PLoS ONE.* 2018; 13(6): e0199480. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199480>
24. Pregolato TS, Mesquita LM, Ferreira PG, Santos MM, dos Santos CC, da Costa RF. Validade de medidas autorreferidas de massa e estatura e seu impacto na estimativa do estado nutricional pelo índice de massa corporal. *Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano.* 2009; 19(1): 35-41.
25. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. *Vigitel Brasil 2016: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2016.* Brasília; 2017. 160p.: il.
26. Alves D, Pinto M, Alves S, Mota A, Leirós V. Cultura e imagem corporal. *Motri.* 2009; 5(1):1-20.

27. Rakhkovskava LM, Warren CS. Sociocultural and identity predictors of body dissatisfaction in ethnically diverse college women. *Body Image*. 2016; 16:32-40. [10.1016/j.bodyim.2015.10.004](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.10.004)
28. Gillen MM, Lefkowitz ES. Gender and racial/ethnic differences in body image Development Among College Students. *Body Image*. 2012; 9(1): 126-130. [10.1016/j.bodyim.2011.09.004](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.09.004)
29. Lima CAG, Maia MFM, de Magalhães TA, de Oliveira LMM, Reis VMCP, Brito, MFSF, et al. Prevalência e fatores associados a comportamentos de risco à saúde em universitários no norte de Minas Gerais. *Caderno de saúde coletiva*. 2017; 25(2): 183-191. <https://doi.org/10.1590/1414-462x201700020223>.
30. Brasil. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Texeira. Censo da Educação Superior 2018. Brasília; 2019. 44p.
31. Alves FR, de Souza EA, de Paiva CS, Texeira FAA. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *CINERGIS*. 2017; 18(3):210-215. <http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v18i3.9037>
32. Souza AC de, Alvarenga MS. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2016; 65(3): 286-299. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000134>
33. Silva DAS, Pereira IMM, Oliveira ACC. Impacto da escolaridade materna e paterna na percepção da imagem corporal. *Motricidade*. 2012; 8(2):22-31. [http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.8\(2\).709](http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.8(2).709)
34. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. 162 p.: II.
35. Yun JY, Choi Y, Kwon Y, Lee HY, Choi SH, Jang JH. Hubness of strategic planning and sociality influences depressive mood and anxiety in College Population. *Sci Rep* 2017; 7:17856. doi:10.1038/s41598-017-18189-x
36. McIntyre JC, Worsley J, Corcoran R, Harrison Woods P, Bental RP. Academic and non-academic predictors of student psychological distress: the role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health*. 2018; 27(3), 230-239. doi:10.1080/09638237.2018.1437608
37. Patino CM, Ferreira JC. Qual a importância do cálculo do tamanho amostral. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*. 2016; 42(2):162-162. [doi.org/10.1590/S1806-37562016000000114](https://doi.org/10.1590/S1806-37562016000000114)
38. Goswami S, Sachdeva S, Sachdeva R. Body image satisfaction among female college students. *Ind Psychiatry Journal*. 2012; 21(2):168-172. <https://dx.doi.org/10.4103%2F0972-6748.119653>
39. Medina-Gómez MB, Martínez-Martín MA, Escolar-Llamazares MC, González-Alonso Y, Mercado-Val E. Ansiedad e insatisfacción corporal en universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*. 2019; 22(1), 13-22. <http://dx.doi.org/10.14718/acp.2019.22.1.2>
40. Lim SA, You S. Effects of Self-Esteem and Depression on Abnormal Eating Behavior among Korean Female College Students: Mediating Role of Body Dissatisfaction. *J Child Fam Stud*. 2017; 26, 176-182. <http://doi.org/10.1007/s10826-016-0542-2>.
41. Guimaraes BEB, Aquino R, Prado NMBL, Rodrigues PVA. O consumo excessivo de álcool e a insatisfação com a imagem corporal por adolescentes e jovens de um município baiano, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2020; 36(1):e00044919. <https://doi.org/10.1590/0102-311x044919>
42. Sánchez-Hernández MC, Pillon SC. Tabaquismo entre universitários: caracterización del uso en la visión de los estudiantes. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2011; 19:730-7. <https://doi.org/10.1590/S010411692011000700010>.
43. Ferro LRM, Trigo AA, Oliveira AJ, de Almeida MAR, Tagava RF, Meneses-Gaya, et. al. Estresse percebido e o uso de álcool, tabaco e outras drogas entre universitários. *Saúde e Pesqui*. 2019 set-dez.; 12(3): 573-581. <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2019v12n3p573-581>
44. Kanikowska D, Sikorska D, Kuczynska B, Grzymislowski M, Breborowicz A, Witowski J. Do medical students adhere to advice regarding a healthy lifestyle? A pilot study of BMI and some aspects of lifestyle in medical students in Poland. *Adv Clin Exp Med* 2017;26(9):1391-1398. <https://doi.org/10.17219/acem/65783>.
45. Petribú MMV, Cabral PC, Arruda, IKG. Estado nutricional, consumo alimentar e risco cardiovascular: um estudo em universitários. *Revista de Nutrição*. 2009; 22(6):837-846. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000600005>
46. Miranda VPN, Filgueiras JF, Neves CM, Teixeira PC, Ferreira MEC. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2012; 61(1):25-32. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852012000100006>.
47. Grasdalsmoen M, Eriksen HR, Lonning KJ, Sivertsen B. Physical exercise and body-mass index in young adults: a national survey of Norwegian university students. *BMC Public Health*. 2019; 19:1354 <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7650-z>

48. Pesta DH, Goncalves RLS, Madiraju AK, Strasser B, Sparks LM. Resistance training to improve type 2 diabetes: working toward a prescription for the future. *Nutrition & Metabolism*. 2017; 14:24.

**Colaboradores**

Alves MN, participou na concepção, desenho, análise e interpretação dos dados e revisão e aprovação da versão final do artigo. Rosolen MD, Costa TB e Bordini FW participaram na análise e interpretação dos dados.

Conflito de Interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

---

Recebido: 16 de dezembro de 2019

Aceito: 30 de abril de 2020