



REPRESENTAÇÕES DA OBESIDADE ENTRE ADOLESCENTES DO SEXO FEMININO

Graziely Cordeiro Leal

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5794-6839>.

E-mail: grazielycorleal@gmail.com

Jhainieiry Cordeiro Famelli Ferret

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6685-6149>.

E-mail: jhainieiry@gmail.com.

Braulio Henrique Magnani Branco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4625-9128>.

E-mail: braulio.branco@unicesumar.edu.br.

Tânia Maria Gomes da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5495-9968>.

E-mail: tania.gomes@unicesumar.edu.br.

Resumo: A obesidade é um dos maiores problemas de saúde pública da atualidade, atingindo diferentes classes, gênero e gerações. A sociedade contemporânea é lipofóbica e os adolescentes, que se encontram num momento de construção de identidade, podem ser muito afetados quando seus corpos não são socialmente aprovados. Em vista disso, o presente artigo teve como objetivo discutir as representações da obesidade de adolescentes do sexo feminino que integram um programa de emagrecimento do Laboratório Interdisciplinar de Intervenção em Promoção da Saúde, da Universidade Cesumar, em Maringá/PR. Foram realizadas e gravadas entrevistas semiestruturadas com quatro delas. Utilizou-se a Teoria das Representações Sociais e a análise de conteúdo para interpretação dos dados. Evidenciou-se que as jovens sofrem pressões para o emagrecimento, numa confluência de discursos familiares e midiático. Observou-se, ainda, que, na escola, o *bullying* é uma prática comum a que se encontram expostas as pessoas que não têm o peso tido como ideal.

Palavras-chaves: Adolescência. Obesidade. Saúde. Representações sociais.

POLÊM!CA

LABORÉ



Polêmica - Revista Eletrônica da Uerj - Rua São Francisco Xavier, 524, 1º andar

bloco D, sl.1001 • Tels.: +55 21 2334-4088 / 4087 • <http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/index>
<http://www.labore.uerj.br> • laboreuerj@yahoo.com.br

REPRESENTATIONS OF OBESITY AMONG FEMALE ADOLESCENTS

Abstract: Obesity is one of the biggest public health problems nowadays, affecting different classes, genders and generations. Contemporary society is lipophobic and adolescents, who are in a moment of identity construction, can be very affected when their bodies are not socially approved. In view of this, the article seeks to discuss the representations of obesity in four female adolescents who are part of a weight-loss program, in the Interdisciplinary Laboratory of Health Promotion Intervention, at Cesumar University, in Maringá/PR. Semi-structured and recorded interviews were conducted. The Social Representations Theory and content analysis for data interpretation were used. It was evident that young women suffer under pressure to lose weight, in a confluence of both family and media discourses. It was also observed that at school, bullying is a common practice to which people who do not have the ideal weight are exposed.

Keywords: Adolescence. Health promotion. Obesity. Social representation.

Introdução

A obesidade é considerada a segunda causa de morte evitável no mundo. Trata-se de um estado patológico relacionado ao aumento de tecido adiposo (BRANCO *et al.*, 2021), sendo um distúrbio que favorece o desenvolvimento de inflamação crônica de baixo grau (ZORENA *et al.*, 2020). É uma adversidade de longo prazo, que persiste por muitos anos, resultando não só em problemas estéticos, mas que também provoca mudanças fisiológicas, físicas, nutricionais, psicológicas e sociais (LIU *et al.*, 2020). A obesidade é diagnosticada quando o percentual de gordura corporal é superior a 25% nos homens e 30% nas mulheres; também é reconhecida quando o índice de massa corporal (IMC) é superior a 30 kg/m² ou excede 120% da massa corporal ideal calculada a partir da fórmula de Brock (ZORENA *et al.*, 2020). A principal causa da obesidade e do excesso de peso é o desequilíbrio entre as calorias ingeridas e gastas (gerando um balanço energético positivo), agravado pelo sedentarismo; envolve aspectos genéticos (embora em menor grau), fatores endócrinos, fatores ambientais e ingestão alimentar desbalanceada (geralmente por meio de alimentos de alta densidade calórica) (GOODARZI, 2018).

Em vista dos fatores supraelencados, a obesidade representa um dos problemas de saúde pública mais desafiadores do século XXI, considerando ainda as suas proporções epidêmicas em todo o mundo e a morbidade e mortalidade significativas associadas (DIAS *et al.*, 2017). Estudos nacionais e internacionais evidenciam que a obesidade é prevalente em grupos geracionais diversos, mas vem ganhando relevância entre a população jovem (FARIAS *et al.*, 2020; KORNET-VAN DER AA; ALTENBURG; VAN RANDERAAD DE ZEE; CHINAPAW, 2017). Durante as últimas quatro décadas, a prevalência de sobrepeso e obesidade na infância e adolescência aumentaram substancialmente na maioria dos países de alta renda e o mesmo parece ocorrer nos de baixa e média renda (LOBSTEIN *et al.*, 2015).

Estima-se que 41 milhões de crianças menores de 5 anos e mais de 340 milhões de crianças e adolescentes de 5 a 19 anos apresentem sobrepeso ou obesidade (TRAGOMALOU *et al.*, 2020).

A prevalência de obesidade grave na adolescência é um dado comprometedor, considerando-se que adolescentes obesos podem apresentar problemas emocionais, sociais e de saúde física, incluindo prejuízo na trajetória do desenvolvimento. Ainda, a maioria dos adolescentes com obesidade carrega excesso de adiposidade na idade adulta, com acréscimo do risco de adquirir certos tipos de câncer (CARDEL *et al.*, 2020). Mesmo que vários fatores possam provocar o desenvolvimento da obesidade, incluindo os genéticos e ambientais, a contribuição dos primeiros pode ser responsável de 30 a 70% por essa doença crônica não transmissível, embora tal prevalência seja questionada (GOODARZI, 2018).

A disponibilidade de alimentos altamente processados, que são fáceis de manusear ou não requerem nenhum manuseio e – o mais importante – são muito baratos, contribui para o aumento da prevalência da obesidade (FOLMANN *et al.*, 2021). O melhor tratamento é a modificação do estilo de vida, com a adoção de hábitos alimentares saudáveis e exercícios físicos, mas é possível que seja realizado também o tratamento farmacológico, desde que haja parcimônia (PACCOSI *et al.*, 2020).

A adolescência é um período único de mudança psicológica, caracterizado por aumento da autonomia, diminuição da receptividade aos comentários do adulto e redução das habilidades de autorregulação (HAYNOS; O'DONOHUE, 2012). A lei brasileira considera adolescente a faixa etária de 12 a 18 anos (BRASIL, 2012). Trata-se de um momento marcado por mudanças corporais e comportamentais, com diminuição de atividades físicas, adoção de comportamento sedentário, alimentação desregrada e maior predisposição à depressão e problemas de autoestima (ALBERGA *et al.*, 2012).

Especificamente, as alterações das funções executivas podem estimular negativamente comportamentos de risco e impulsividade relevantes para o desenvolvimento da obesidade (CARDEL *et al.*, 2020). Na adolescência, os indivíduos costumam ser mais vulneráveis à aceitação pelos seus pares, sendo natural que busquem adequar seus corpos a padrões pré-estabelecidos de beleza. Logo, o jovem sente-se sujeitado ao olhar do outro devido às expectativas fantasiosas de juventude, vitalidade e beleza propagados (LOPES; MENDONÇA, 2016). A noção de corpo forte, magro e perfeito é sustentada especialmente pelo intenso discurso midiático, o que influencia condutas sobre os corpos dos adolescentes (PEREIRA;

CERIGATTO, 2021). Portanto, influenciados pelos discursos da mídia e pelas comunidades das redes sociais, muitos jovens adotam dietas consideradas “milagrosas”, podendo desenvolver transtornos alimentares graves (COPETTI; QUIROGA, 2018).

Embora adolescentes do sexo masculino também possam desenvolver transtornos alimentares, há um estudo evidenciando maior insatisfação corporal entre as meninas, inclusive aquelas na faixa dos 7 aos 10 anos. Isso é resultado de padrões de gênero mais rígidos com as mulheres no que diz respeito à imagem, gerando um “descontentamento normativo” (LIRA *et al.*, 2017).

De fato, ao longo da história, as mulheres têm sido as maiores vítimas de discursos midiáticos que buscam construir corpos aceitáveis e não aceitáveis; nesse sentido, a violência contra a mulher é um fenômeno estrutural da sociedade (FORNARI *et al.*, 2021). Conquanto se admita que a obesidade cause efetivamente transtornos à saúde, é importante desconstruir idealizações sobre os corpos femininos magros.

Nesse aspecto, compreender as representações de adolescentes do sexo feminino sobre a obesidade adquire significativa importância para subsidiar políticas públicas de saúde para os adolescentes, colaborando para diminuir uma lacuna em estudos que busquem conhecer a autopercepção de indivíduos jovens acerca de seus corpos. Nesta perspectiva, objetiva-se apresentar as representações da obesidade elaboradas por quatro adolescentes do sexo feminino que integram um programa de combate à obesidade.

O caminhar metodológico

A pesquisa que deu origem a este artigo teve natureza exploratória, transversal e de abordagem qualitativa. Inicialmente, realizou-se revisão da bibliografia, com seleção de artigos científicos, nos principais acervos digitais (SCIELO, PUBMED e LILACS), que tivessem como recorte discussões pertinentes à obesidade. Foram selecionados artigos produzidos nos últimos 10 anos, seguindo as palavras-chaves: representação social, obesidade e adolescência. Quanto aos livros não houve delimitação temporal.

O estudo buscou suporte na Teoria das Representações Sociais (TRS), do psicólogo social Serge Moscovici, que investiga como os indivíduos interpretam a realidade cotidiana a partir de relações que se constroem por meio das interações sociais. Segundo o autor: “[...] nós organizamos nossos pensamentos, de acordo com um sistema que está condicionado, tanto por

nossas representações, como por nossa cultura” (MOSCOVICI, 2015, p. 35). Assim, se as representações dos indivíduos sobre o mundo sofrem influência da sociedade, cada pessoa é também capaz de criar novas representações e compartilhá-las com a sociedade, numa confluência dinâmica entre o individual e o coletivo.

Moscovici pensa as representações como sendo o resultado de dois processos: ancoragem e objetivação. Ancorar é classificar e nomear. Diante do desconhecido, os indivíduos buscam protótipos estocados na memória para que, uma vez nomeado, o novo se torne inteligível, localizando-o na matriz de identidade de sua cultura. O outro processo formador das representações é a objetivação, que “significa descobrir o aspecto icônico de uma ideia ou ser mal definido, isto é, fazer equivaler o conceito com a imagem (MOSCOVICI, 2015, p. 47).

Para compreender as representações sociais é preciso levar em conta o contexto histórico e cultural em que elas se constroem (JODELET, 2017). Representações sobre o corpo, por exemplo, variaram muito ao longo da história. Durante muito tempo, o excesso de peso corporal não foi condenável, mas até mesmo sinônimo de beleza e boa saúde. Esta representação mudaria já nas primeiras décadas do século XX, com os discursos médico-científicos alertando para os riscos do excesso de peso e consolidando o conhecimento da obesidade como uma doença (MENEZES *et al.*, 2021).

Sequencialmente à revisão bibliográfica e explanada a teoria que atravessa este trabalho, sucedeu-se ao estudo de campo, que foi realizado por meio de entrevistas semiestruturadas, conduzidas a partir de um roteiro pré-estruturado de perguntas abertas, mas sem abrir mão de perguntas que fugissem dessa elaboração prévia, sempre que se mostrasse necessário.

O roteiro de perguntas foi estruturado em quatro eixos, sendo o primeiro deles relacionado às informações sociodemográficas, tais como: nome, idade, endereço, situação escolar, renda familiar, número de pessoas no domicílio, etc. O segundo eixo partiu de perguntas objetivas: o que você entende por obesidade?; você sabe quais são os riscos da obesidade?; quais doenças você identifica como sendo resultantes da obesidade? As perguntas que compuseram o terceiro eixo estavam diretamente relacionadas ao LIIPS: o que lhe motivou a procurar pelo laboratório?; qual a participação de familiares e/ou amigos para esta tomada de decisão?; como se sente participando deste programa de emagrecimento?; houve dificuldades para participara do programa? O eixo 4, buscou saber se as adolescentes se reconheciam como

obesas, o sentimento em relação aos seus corpos, se já tinham vivido experiências negativas relacionadas ao peso corporal, onde e como estas experiências ocorreram, etc.

O critério de inclusão no estudo foi ser adolescente do sexo feminino e estar frequentando o programa de emagrecimento desenvolvido pelo Laboratório Interdisciplinar de Intervenção em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar (LIIPS-Unicesumar), em Maringá, Paraná. O LIIPS é um programa voltado à comunidade externa, notadamente de baixa renda e em situação de vulnerabilidade que apresente sobrepeso ou obesidade. Atende pessoas de todas as faixas etárias e, para tanto, conta com uma equipe multidisciplinar de profissionais, incluindo alunos de mestrado e doutorado que desenvolvem intervenções teóricas e práticas. Duas vezes por ano as inscrições são abertas e a seleção é realizada por nível de prioridade, ou seja, são selecionadas pessoas que apresentem maior necessidade de tratamento.

Também foram critérios, além de frequentar o LIIPS, apresentar entre 12 até 17 anos e estar com sobrepeso ou obesidade. Foram selecionadas 3 adolescentes com 12 anos de idade e uma de 15 anos, todas estudantes de escola pública e que evidenciaram maior interesse em falar de suas experiências. É importante ressaltar que, devido à pandemia do novo Coronavírus (COVID-19), as atividades do laboratório foram temporariamente suspensas e somente dois grupos de 15 adolescentes de ambos os sexos puderam ser atendidos. Isto mudou o projeto inicial que previa um *corpus* maior de entrevistadas. Todavia, acredita-se que o número de participantes não comprometeu os propósitos do estudo, visto que a pesquisa qualitativa busca acessar o universo das experiências de vida dos sujeitos. Assim, mais do que um grande *corpus* documental o que se pede é habilidade do/a pesquisador/a para acessar o universo íntimo dos sujeitos (SAMPLERI.; COLLADO; LUCIO, 2013).

As entrevistas ocorreram nos dias 24, 26 e 30 de novembro de 2020, quando estava em vigor, o Decreto nº 1.360/2020, do dia 15 de setembro de 2020, que autorizava a organização de reuniões, desde que seguidos os protocolos de segurança sanitária (MARINGÁ, 2020a). Durante a semana das entrevistas, foram dispostos mais dois decretos: Decreto nº 1.817/2020, de 25 de novembro de 2020 (MARINGÁ, 2020c), e o Decreto nº 1.840/2020, de 30 de novembro de 2020 (MARINGÁ, 2020b), que permitiam a realização de encontros, porém ampliavam as restrições. Os encontros tiveram duração de 60 minutos e foram agendados com, no mínimo, uma hora de intervalo entre eles, evitando as aglomerações e permitindo um diálogo mais consistente, com cada entrevistada. As entrevistas foram individuais e gravadas,

mantendo-se o distanciamento social e com o uso de máscaras, em dias que as adolescentes tinham agendamento para avaliação física no LIIPS.

As narrativas resultantes das entrevistas foram submetidas à análise de conteúdo (BARDIN, 2016). Realizou-se a pré-análise e a organização do material, de modo a fazer inferências e interpretações; seguido da exploração do material, para criação de categorias e codificação, tratamento dos resultados, inferência e interpretação das narrativas. Estas últimas passaram pelo processo de transcrição simples, isto é, foram retiradas as repetições, erros e palavras sem peso semântico; mudanças estratégicas de parágrafos e complementação de frases confusas, de modo a tornar o texto mais compreensível ao leitor, dada a diferença entre o oral e o escrito (MEIHY, 2020).

As categorias que emergiram das narrativas foram: *i)* consciência corporal e insatisfação; *ii)* conscientização dos riscos da obesidade; *iii)* visão negativa das pessoas obesas; *iv)* *bullying*.

A pesquisa que subsidiou a presente discussão integra o projeto de extensão de Educação Física “Efeitos de Diferentes Modelos de Intervenção para o Tratamento da Obesidade em Adolescentes”, aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Cesumar, sob o número 3.837.408/2020. Os adolescentes assinaram o termo de assentimento e os pais assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Ouvindo a fala das adolescentes

A proposta deste trabalho envolve apresentar as representações da obesidade elaboradas por quatro adolescentes do sexo feminino que integram um programa de combate à obesidade.

O embasamento teórico buscou sustentação nos estudos de representações sociais na perspectiva discursiva, numa interação do sujeito com a sociedade (MOSCOVICI, 2015). As representações sociais são compartilhadas com o grupo e pensadas através de uma linguagem que organiza o pensamento de acordo com o que está condicionado tanto pelas representações quanto pela cultura. Elas não são criadas por indivíduos isolados, mas por pessoas que compartilham “um estoque implícito de imagens e de ideias que são consideradas certas e mutuamente aceitas” (MOSCOVICI, 2015, p. 51). Desse modo, toda representação é fundamentalmente um sistema de classificação e de denotação, de alocação de categorias e de nomes, onde cada objeto possui, necessariamente, um valor positivo ou negativo e assume um

lugar dentro de uma escala hierárquica. O estudo de Moscovici (2015) ajuda a compreender a construção e a validação dos discursos sociais circulantes acerca do que é ser gordo. A sociedade contemporânea é profundamente lipofóbica/gordofóbica, criando cada vez mais representações sobre como devem ser os corpos ideais.

Considerando-se, portanto, que toda representação social tem relação íntima com o senso comum, com os pensamentos circulantes na sociedade, admite-se que nenhuma mente está livre dos efeitos da cultura, dos discursos e outros condicionantes de seu tempo, mesmo que esteja inconsciente dessas convenções. Além disso, representações são prescritivas, isto é, se impõem sobre nós (MOSCOVICI, 2015). Ser magro, portanto, se transforma no normal, mesmo que um normal-clichê.

Ora, isto posto, admite-se que o adolescente constrói a sua ideia de si, ou seja, sua identidade, a partir das representações que circulam socialmente, o que equivale a dizer que ele reproduz os conceitos e “pré” conceitos do seu tempo. Portanto, saber o que a sociedade atual pensa sobre o corpo gordo/obeso é o primeiro passo para se orientar nesse estudo.

Durante muito tempo, ser uma pessoa gorda não era visto como um problema, mas, ao contrário, tendia a ser prova de saúde e riqueza, como mostram os registros iconográficos do período renascentista, valorativo de formas robustas (VIANNA, 2018). Ao longo do século XX, a publicidade, o cinema, a fotografia de moda e as revistas femininas instituem um novo padrão de beleza. Primeiro houve um incentivo ao uso de cosméticos, mas logo se chegou à estética da magreza. “Os periódicos femininos são cada vez mais invadidos por guias de magreza, por seções que expõem os méritos da alimentação equilibrada, por receitas leves, exercícios de manutenção e da modelagem do corpo” (LIPOVETSKY, 2000, p. 131).

Com a ressignificação de antigos conceitos, a gordura foi desvalorizada e o corpo magro tornou-se o ideal de beleza. A sociedade atual é, como já dito, cada vez mais lipofóbica (VIANNA, 2018), não importando os procedimentos tomados para se alcançar tal fim, resultando, muitas vezes, numa alta dose de sofrimento psíquico e de adoecimento (NASCIMENTO *et al.*, 2019).

Consciência corporal e insatisfação

As adolescentes descreveram a obesidade como “ter muito peso” e “estar acima do peso” e, apesar da pouca idade, demonstraram compreender bem os riscos para a saúde que ela

acarreta. A análise das narrativas evidenciou que as adolescentes, em algum momento, tiveram consciência de que estavam com o peso acima do desejável e isto lhes causou desconforto. Para duas delas, a conversa com a mãe foi a motivação que impulsionou a busca por ajuda.

Na verdade, eu estava bem obesa quando eu vim para cá [LIIPS]. Eu estava pesando 92 kg [...]. Quando eu fiz o exame, eu falei para a minha mãe, ela conversou comigo e depois dessa quarentena a gente começou a fazer vários exercícios para tentar amenizar. Amenizar não, né? Abaixar bastante. E eu finalmente consegui, eu emagreci 5 kg. (Amarílis, 12 anos).

Outras narrativas também trouxeram a família, notadamente as mães, como importantes elementos de apoio e estímulo para procurar o programa de tratamento da obesidade. A literatura da área tem destacado o papel da família como elemento motivacional para que o adolescente com excesso de peso ou obeso escolha alimentos saudáveis ao invés de apenas saborosos, pratique exercícios físicos e não abandone o planejamento traçado de perda de peso (FILGUEIRAS; SAWAYA, 2018).

Quanto à autopercepção corporal, observou-se que apenas Amarílis se considera obesa. Rosa e Hortência afirmaram ter excesso de peso, mas não obesidade. Margarida, com 12 anos, preferiu ser evasiva: “Quem não se cuida e não tem uma dieta saudável, não cuida da alimentação e aí vai engordando e fica obeso”. Quanto ao sentimento em relação ao próprio corpo, as narrativas evidenciaram sentimentos conflitantes. Ora as adolescentes demonstravam tristeza por estarem acima do peso, ora este sentimento não aparecia, como se vê na fala de Margarida: “Tem vez que eu me olho e me gosto, mas tem vez que eu me olho e não me sinto muito bem. Depende do dia, como eu estou” (12 anos).

Conscientização dos riscos da obesidade

Todas as entrevistadas reconheciam que a qualidade de vida das pessoas é melhor quando não se está acima do peso, dando mais disposição para fazer as várias atividades diárias.

A obesidade prejudica o sono e vários tipos de coisas, entendeu? Eu acho que a obesidade é extremamente ruim, porque eu tenho a minha avó mesmo que é obesa e ela tem uma dificuldade imensa de fazer as coisas. (Amarílis, 12 anos)

Além disso, trouxeram outros comprometimentos que a obesidade pode causar às pessoas, além do cansaço físico. Amarílis e Margarida, por exemplo, a associaram ao diabetes

mellitus (DM). De fato, a obesidade está associada a diversas doenças crônicas não transmissíveis, como a hipertensão arterial e o DM.

Contudo, embora reconheçam os riscos da obesidade, as narrativas evidenciaram que as adolescentes têm pouco conhecimento de que ela é o resultado de combinações genéticas e ambientais, e que tanto sua causa, quanto o diagnóstico e o tratamento exigem soluções complexas (PEREIRA; RODRIGUES; CORTEZ, 2019). Orientações sobre como perder peso costumam reproduzir muitos tabus. Por isso, é importante que os adolescentes recebam informações de cunho científico numa linguagem acessível para que possam adotar comportamentos saudáveis.

Visão negativa das pessoas obesas

Percebeu-se nas narrativas das jovens uma representação bastante negativa da pessoa obesa. As palavras mais destacadas foram: “que não se cuida”, “pessoa que não se ama”, “que não tem uma dieta saudável” e “que não cuida da alimentação”. Evidencia-se, de maneira muito enfática, a negativa com o uso reiterado da expressão “não”. Ademais, vê-se que a pessoa obesa é responsabilizada pelo peso excessivo. Quando questionadas sobre o que contribui para que uma pessoa se torne obesa, as respostas foram: “descontar as coisas na comida”, “falta de exercícios físicos”, “comer muito”, “não se exercitar”, “doces e salgados em excesso” e, curiosamente, “comer de três em três horas”.

A orientação para fazer várias refeições ao dia, “comendo de três em três horas”, que aparece no depoimento feito por Amarílis, de 12 anos, não está condizente com o que tem sido normalmente instruído pelos nutricionistas. A própria Amarílis afirma que essa orientação é dada pelos profissionais como sendo o certo a ser feito, porém discorda: “A questão da comida principalmente tem vez que as pessoas comem de 3 a 3 horas e o certo não é isso, tem vezes que falam que é certo, mas tem vezes que não. O certo é café da manhã, almoço e janta”.

Numa sociedade gordofóbica é comum que as pessoas obesas sejam vistas de maneira pouco compreensiva. As adolescentes demonstram perceber esta ambiguidade na forma como são tratadas e isso se reflete no modo como constroem o entendimento sobre si mesmas.

Tem dia que eu estou gostando de mim, tem dia que eu não estou gostando mais. Agora eu estou mais feliz, no começo do ano eu estava mais infeliz. Uma roupa não entrava, tudo dava errado com meu corpo. Mas agora eu estou bem melhor depois que eu comecei a me cuidar, caminhada, alimentação. (Rosa, 15 anos).

Às vezes eu olho no espelho e penso: “Acho que eu tenho que emagrecer um pouco”.
(Hortência, 12 anos).

A percepção dos adolescentes sobre o próprio corpo pode influenciar muitos comportamentos prejudiciais à saúde, sobretudo quando diz respeito a métodos não saudáveis de emagrecer. Sentir-se desconfortável com o próprio corpo pode ser o gatilho para o adoecimento psíquico, como a depressão, por exemplo. Também pode ligar-se a conflitos na sexualidade, aparecendo mais na fase final de maturação (FANTINELI *et al.*, 2020). Outro problema é a tentativa do emagrecimento rápido e a qualquer custo, levando-os a seguir dietas que prometem verdadeiros milagres e que podem ter consequências graves, como o desenvolvimento de bulimia e anorexia (CASTRO; BRANDÃO, 2018). A primeira se caracteriza por perda de peso pela indução de vômito, administração de laxantes, uso excessivo de cafeína e dietas inadequadas; já a segunda é a intensa perda de peso em razão da recusa absoluta de ingestão de alimentos, associada a atividade física excessiva (CAMPOS; HAACK, 2012).

Bullying e violência

Pessoas com excesso de peso tendem a ser vítimas de *bullying*, caracterizado pela prática de violência física ou psicológica, muito frequente entre adolescentes de ambos os sexos (SALMON *et al.*, 2018). É uma situação muito difícil de ser enfrentada, notadamente porque geralmente transcorrem na escola, um local que não podem deixar de frequentar.

A análise dos dados mostrou que três adolescentes foram vítimas de *bullying*. Margarida, num primeiro momento, disse que não vivenciava esta situação, que nunca havia sofrido qualquer tipo de discriminação pelo seu peso corporal, mas, depois, mais descontraída, reconsiderou. Afirmou que sim, “uma vez ou outra, alguém me chama assim [...]”, não foi capaz de finalizar a frase, demonstrando um certo constrangimento e, depois, tentou novamente negar: “mas não é *bullying*, assim [...] de vez em quando, não é diariamente, na escola [...]”. Percebemos a insegurança da adolescente ao buscar subestimar a ofensa.

As outras duas entrevistadas confirmaram terem sido vítimas dessa forma de agressão e relataram as vezes em que isso ocorreu. Amarílis afirmou ter sofrido *bullying* várias vezes, especialmente na escola, o que a faz ter vergonha do seu corpo quando vai à praia e em vários outros lugares. Hortência é a mais expansiva em seu relato. Diz que hoje em dia já não liga, mas, tempos atrás, quando a chamavam de baleia, se sentia muito mal e ficava triste. Confessa

que tentava emagrecer, mas não conseguia, porque ia muito à casa da avó e esta sempre comprava muito doce.

A adolescência é uma fase em que surgem muitos conflitos, marcada por mudanças psíquicas e físicas intensas. Adolescentes com sobrepeso têm mais chances de serem vítimas de *bullying*, podendo haver uma relação entre a insatisfação com seu corpo e a vitimização (RUSSO, 2020). Trata-se de um momento de grande vulnerabilidade e cujas consequências podem ser catastróficas, com os agravos se fazendo sentir até a idade adulta.

Quando foram questionadas se classificam as ofensas que ouviram em relação aos seus corpos como uma forma de violência, Amarílis é a mais enfática ao dizer que sim. Rosa afirma que, apesar de cruel, os comentários depreciativos sobre o corpo podem ser um incentivo para a perda de peso: “[...] querendo ou não vai te ajudar. Talvez pressiona muito; eu tenho que ter, eu tenho que ser assim, mas que incentiva, incentiva”.

Como nem todas as pessoas têm comportamento resiliente, comentários depreciativos, na maioria das vezes, são pouco construtivos e podem ser causa de grande sofrimento emocional. Sobre a pressão externa para que emagreçam, Rosa e Hortência afirmam que não se sentem pressionadas a perderem peso, mas uma análise atenta à fala de Rosa a contradiz:

[é bom] Você colocar uma roupa e cair bem. Você se sentir bem com você mesma e não pelo que os outros vão achar, mas por você mesmo. Você vê pelo olhar das pessoas, mas acho que [a preocupação] é mais pela rede social. Acho que as fotos, perfeitas, né? A barriga lá chapadinha. Pelo *Instagram*. (Rosa, 15 anos).

Rosa, inicialmente, afirma não estar interessada no que as pessoas vão achar do seu corpo/peso, pois o que quer é se sentir bem. No entanto, o mesmo não se aplica à sua imagem nas redes sociais, onde deseja aparecer “perfeita”. É curioso pensar que as redes lhe colocam frente ao olhar dos “outros”, sujeito coletivo distanciado e incógnito, mas que demonstra ter mais peso do que o olhar do “outro” próximo, como os familiares e amigos.

Cabe inferir que as redes sociais podem contribuir negativamente sobre a autoestima dessas adolescentes. Importa ressaltar que muitos perfis disponibilizados pelas plataformas virtuais, a exemplo do *Instagram*, nem sempre correspondem ao real, sendo, muitas vezes, fotos editadas. Assim, a pressão social sobre os jovens quanto a seus corpos precisa ser melhor contextualizada.

Duas entrevistadas afirmam que se sentem pressionadas para emagrecer, e a pressão vem da família:

Na verdade, eu não falei, mas é do meu irmão que eu sofro *bullying*. Toda hora ele me chama de baleia e tal. Ele tem 19 anos. Eu sei que ele faz de brincadeira, que ele gosta de mim, mas ainda assim dá uma tristeza assim. Mas eu não ligo. Ele que fica falando: “Ah você tem que perder peso e tal” (Margarida, 12 anos).

Receber críticas sobre o corpo gera insatisfação nos adolescentes e é considerado um fator de risco para o desenvolvimento de compulsões alimentares e adoção de métodos de emagrecimento inseguros (SILVA *et al.*, 2018), especialmente quando as críticas vêm dos pais, irmãos ou outras pessoas próximas. A mãe tem um papel importante nesse processo, já que estudos têm evidenciado que, se esta tem uma boa relação com o seu corpo, há uma tendência de que a filha adote igual comportamento (GUIMARÃES; PEREZ; DUNKER, 2020).

Discorrendo sobre a prática de exercícios físicos, nenhuma das entrevistadas apresentou objeção ou afirmou não gostar de praticá-los “[o exercício] vai me ajudar a melhorar”, “sinto que estou perdendo peso e me exercitando”, “espairece a cabeça”, “o exercício ajuda” foram as frases citadas.

Margarida e Amarílis admitem terem sido estimuladas a fazer exercícios desde a infância. Margarida inicialmente praticou ballet e natação, mas esta última atividade não deu muito certo porque, segundo ela, “não recebia muita atenção da professora”. Amarílis também praticou ballet, fez *street dance* e afirma que sempre gostou. Hortência também fez atividades físicas desde a infância, estimulada principalmente pelo pai, com quem saía para pedalar de bicicleta. Já Rosa afirmava nunca ter sido incentivada pela família a fazer atividades físicas e que estas se resumiam às aulas de educação física na escola.

Observa-se que o comportamento da família influencia muito a prática ou não de atividades físicas pelos adolescentes. Desse modo, pais e responsáveis deveriam se comprometer mais com esse posicionamento, visto que a prática regular de atividade física além dos benefícios fisiológicos, acarreta benefícios psicológicos importantes, como, por exemplo, dotar os indivíduos de sensação de bem-estar, bom humor e autoestima. Ademais, reduzem a ansiedade, tensão e depressão, fenômenos cada vez mais frequentes na contemporaneidade (COSTA; SOARES; TEIXEIRA, 2007).

As narrativas evidenciaram que as adolescentes compreendem haver uma relação entre exercício físico e perda de peso, sem, contudo, desconsiderar a importância da alimentação. Amarílis ressaltou, no entanto, os riscos de lesões que podem comprometer o desejo de se exercitar.

Quando questionadas sobre o que fazem no dia a dia que consideram que lhes prejudica na perda de peso, Rosa, Amarílis e Hortência afirmam acreditar que seja a compulsão alimentar, notadamente por doces. Margarida diz não saber exatamente, mas faz suposições:

Eu não sou de comer muito, mas às vezes eu estou ali acabo sentindo fome e como alguma coisa. Na verdade, eu não sei, eu não sou de comer muito. Tem dias que eu não faço exercício, mas eu não sou aquela pessoa que toda hora está comendo. Então não sei o que pode me prejudicar a perder peso. Acho que depois que eu tive meningite que eu comecei a engordar mais, por causa dos remédios fortes. Tive com sete anos (Margarida, 12 anos).

Cabe ressaltar que a obesidade em crianças e adolescentes tem como fator principal os baixos níveis de atividade física e uma alimentação inadequada. Em estudos com adolescentes do sexo feminino, os autores tiveram a comprovação de que, aliando exercícios físicos e alimentação adequada, pode-se obter resultados significativos na prevenção do tratamento da obesidade, sendo possível observar redução da gordura corporal e o aumento da massa musculoesquelética (LADEIA *et al.*, 2019).

Conclusão

A Teoria das Representações Sociais foi um instrumental importante para compreensão das narrativas das adolescentes, à medida que ofereceu subsídios para perceber o entrelaçamento do “eu” e do “outro”, as especificidades da cultura, crenças e valores que resultam das relações micro e macrossociais. Mesmo que as individualidades não sejam apagadas, é inegável a centralidade do social na formação dos sujeitos.

Ainda que expostas a um discurso de valorização do corpo magro, o estudo evidenciou que as adolescentes compreendem que a obesidade compromete a saúde, demonstrando preocupação com as limitações que ela impõe aos seus corpos – como a dificuldade de praticar exercícios físicos e de realizar atividades rotineiras.

Destacou-se a importância da família no que diz respeito ao incentivo a práticas saudáveis de perda de peso, mas, paradoxalmente, observou-se que no ambiente familiar são feitos comentários pejorativos aos corpos das adolescentes, configurando uma forma de violência capaz de causar danos irreparáveis ao sistema psicológico e emocional. O mesmo ocorre na escola, com práticas de *bullying* sendo comum contra aquelas e também aqueles cujos corpos não seguem modelos normativos. A exposição a comentários de censuras de familiares e amigos, acrescidos daqueles disseminados pelas redes sociais *online*, faz com que as

adolescentes vejam o corpo obeso como desarmonioso, feio, repulsivo e incapaz de despertar atração e desejo.

Nas redes sociais é comum que as mulheres, especialmente as mais jovens, apresentem corpos perfeitos. No entanto, estes são modelos inatingíveis, já que muitas imagens são modificadas por filtros de edição e não representam a realidade. Considera-se que tais imposições são formas de violência simbólica que incidem sobre as adolescentes, diminuindo-lhes a autoestima e a qualidade de vida. O agravante é que muitas sequer são capazes de identificar tal violência e acabam assumindo o papel de responsáveis pela própria frustração, culpando-se pela gordura corporal excessiva.

Embora as mulheres tenham conquistado muitos direitos nas últimas décadas, deve-se atentar para o fato de que não dispõem de poder sobre o seu corpo, obrigando-se a seguir normativas ditadas pela indústria da moda, é voltar ao passado e estar, uma vez mais, sob opressão de gênero. No caso das adolescentes isso é ainda mais perturbador, considerando-se que, nessa faixa etária, busca-se sempre a aceitação do grupo. Visto a existência dos diferentes biotipos, bem como a subjetividade do conceito de beleza, o corpo perfeito é uma utopia que desgasta física e psicologicamente as pessoas.

Ressalte-se, no entanto, que as adolescentes entrevistadas demonstraram não estar de todo alienadas pelo discurso midiático, o que nos leva a ter esperanças de que cada vez mais a saúde e não a beleza seja a mola propulsora do emagrecimento. Neste aspecto, considera-se que, além da família, os profissionais da saúde e da educação, têm um papel importante para ações que evidenciem aos adolescentes que, se a obesidade é um mal a ser enfrentado, o código estético que defende a magreza a todo custo também adoece as pessoas.

Por fim, é importante externar a consciência quanto às limitações deste estudo. O número de participantes foi bastante inferior ao previsto; além disso, só foi possível encontrar com cada adolescente uma única vez e as entrevistas tiveram de ser realizadas de forma distanciada e rápida. Porém, é sempre a realidade concreta que dita os rumos de uma investigação científica e as condições que tínhamos eram bastante difíceis devido à pandemia de Covid-19. Todavia, julgamos que os propósitos foram cumpridos, em especial por trazer à discussão um tema relevante de saúde pública, a obesidade, envolvendo um grupo que vive um período de grande mutabilidade, na passagem da infância para a vida adulta.

Referências

- ADES, L.; KERBAUY, R. R. Obesidade: realidades e indagações. **Psicologia USP**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 197-216, 2002. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-65642002000100010>.
- ALBERGA, A. S.; SIGAL, R. J.; GOLDFIELD, G.; PRUD'HOMME, D.; KENNY, G. P. Overweight and obese teenagers: why is adolescence a critical period? **Pediatric Obesity**, v. 7, n. 4, p. 261-273, 2012. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.2047-6310.2011.00046.x>.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016. 280p.
- BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. In: ANGHER, A. J. **Vade Mecum Acadêmico de Direito**. São Paulo: Rideel, 2012.
- BRANCO, B. H. M.; MARIANO, I. R.; OLIVEIRA, L. P. de; BERTOLINI, S. M. M. G.; OLIVEIRA, F. M. de; ARAÚJO, C. G. A. de; ADAMO, K. Sports and functional training improve a subset of obesity-related health parameters in adolescents: a randomized controlled trial. **Frontiers in Psychology**, v. 11, p. 1-13, 2021.
- CAMPOS, J. G. S. C.; HAACK, A. Anorexia e bulimia: aspectos clínico e drogas habitualmente usadas no seu tratamento medicamentoso. **Comunicação em Ciências da Saúde**, Brasília, v. 23, n. 3, p. 253-262, 2012.
- CARDEL, M. I.; ATKINSON, M. A.; TAVERAS, E. M.; HOLM, J.C.; KELLY, A. S. Obesity treatment among adolescents: a review of current evidence and future directions. **JAMA Pediatrics**, v. 174, n. 6, p. 609-617, mar. 2020. Doi: <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.0085>.
- CASTRO, P. S.; BRANDÃO, E. R. Desafios da atenção à anorexia nervosa na adolescência: etnografia em serviço público de saúde no Rio de Janeiro, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 9, p. 2917-2926, set. 2018. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018239.11222018>.
- COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. A Influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 10, n. 2, p. 161, dez. 2018. Doi: <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2664>.
- COSTA, R. A.; SOARES, H. L. R.; TEIXEIRA, J. A. C. Benefícios da atividade física e do exercício físico na depressão. **Revista do Departamento de Psicologia UFF**, v. 19, n. 1, p. 273-274, jan./jun. 2007. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0104-80232007000100022>.
- DIAS, P. C.; HENRIQUES, P.; ANJOS, L. A.; BURLANDY, L. Obesidade e políticas públicas: concepções e estratégias adotadas pelo governo brasileiro. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, n. 7, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00006016>.
- FANTINELI, E. R.; SILVA, M. P.; CAMPOS, J. G.; MALTA NETO, N. A.; PACÍFICO, A. B.; CAMPOS, W. Imagem corporal em adolescentes: associação com estado nutricional e atividade física. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 10, p. 3989-4000, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.30442018>.
- FARIAS, E. D. S.; MOREIRA, K. F. A.; SANTOS, J. P.; GEMELLI, I. F. B.; COSTA, G. M.; SOUZA, O. F. Overweight and obesity: prevalence in children and adolescents in Northern Brazil. **Journal of Human Growth and development**, v. 30, n. 2, p. 266-273, 2020. Doi: <https://doi.org/10.7322/jhgd.v30.10376>.
- FILGUEIRAS, A. R.; SAWAYA, A. L. Intervenção multidisciplinar e motivacional para tratamento de adolescentes obesos brasileiros de baixa renda: estudo piloto. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 36, n. 2, p. 186-191, abr./jun. 2018. Doi: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2018;36;2;00014>.
- FOLMANN, A. G.; WOLF, V. L. W.; ROMAN, E. P.; GUERRA-JÚNIOR, G. Prevalence of overweight in adolescents from a Southern Brazilian city according to different anthropometric indexes. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, 2021. Doi: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2019277>.

FORNARI, L. F.; LOURENÇO, R. G.; OLIVEIRA, R. N. G.; SANTOS, D. L. A.; MENEGATTI, M. S.; FONSECA, R. M. G. S. Domestic violence against women amidst the pandemic: coping strategies disseminated by digital media. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, suppl. 1, 2021. Doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0631>.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. A civilização das formas: o corpo como valor. In: GOLDENBERG, M. (Org.). **Nu & vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro: Record, 2007. p. 19-40.

GOODARZI, M. O. Genetics of obesity: what genetic association studies have taught us about the biology of obesity and its complications. **The Lancet. Diabetes & Endocrinology**, v. 6, n. 3, p. 223-236, mar. 2018. Doi: [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(17\)30200-0](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(17)30200-0).

GUIMARÃES, T. J.; PEREZ, A.; DUNKER, K. L. Impacto de práticas parentais de peso e dieta na imagem corporal de adolescentes do sexo feminino. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 69, n. 1, p. 31-37, jan./mar. 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000262>.

HAYNOS, A. F.; O'DONOHUE, W. T. Universal childhood and adolescent obesity prevention programs: review and critical analysis. **Clinical Psychology Review**, n. 32, n. 5, p. 383-399, jul. 2012. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.09.006>.

JODELET, D. **Representações Sociais e mundos de vida**. Curitiba: PUCPress, 2017.

KORNET-VAN DER AA, D. A.; ALTENBURG, T. M.; VAN RANDERAAD-VAN DER ZEE, C. H.; CHINAPAW, M. J. M. The effectiveness and promising strategies of obesity prevention and treatment programmes among adolescents from disadvantaged backgrounds: a systematic review. **Obesity Reviews**. v.18, p. 581-593, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1111/obr.12519>.

KOJTA, I.; CHACIŃSKA, M.; BLACHNIO-ZABIELSKA, A. Obesity, bioactive lipids, and adipose tissue inflammation in insulin resistance. **Nutrients**, v. 12, n. 5, p. 1305, maio 2020. Doi: <https://doi.org/10.3390/nu12051305>.

LADEIA, G. F.; OLIVEIRA, F. M.; REIS, A. P.; CAITANO, J. Z.; FASSINA, H.; LOPES, S. M. A.; BERTOLINI, S. M. M. G.; BRANCO, B. H. M. Efeitos de um programa multiprofissional de tratamento da obesidade na composição corporal de adolescentes do sexo feminino. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 13, n. 77, p. 111-119, jan./fev. 2019. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/892>. Acesso em: 10 fev. 2021.

LIPOVETSKY, G. **A terceira Mulher: permanência e revolução do feminino**. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

LIRA, A. G.; GANEN, A. P.; LODI, A. S.; ALVARENGA, M. S. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164-171, jul./set. 2017. Doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>.

LIU, T. T.; LIU, X. T.; CHEN, Q. X.; SHI, Y. Lipase inhibitors for obesity: a review. **Biomedicine & Pharmacotherapy**, v. 128, n. 110314, ago. 2020. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2020.110314>.

LOBSTEIN, T.; JACKSON-LEACH, R.; MOODIE, M. L.; HALL, K. D.; GORTMAKER, S. L.; SWINBURNI, B. A.; JAMES, W. P. T.; WANG, Y.; MCPHERSON, K. Child and adolescence obesity: part of a bigger picture. **Lancet** (London, England), v. 385, n. 9986, p. 2510-2520, jun. 2015. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)61746-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61746-3).

LOPES, A. F.; MENDONÇA, É. S. Ser jovem, ser belo: a juventude sob holofotes na sociedade contemporânea. **Revista Subjetividades**, Fortaleza, v. 16, n. 2, p. 20-33, ago. 2016. Doi: <https://doi.org/10.5020/23590777.16.2.20-33>.

MARINGÁ (Cidade). Decreto nº 1.360/2020, de 15 de setembro de 2020. Dispõe sobre a adoção de medidas adicionais adotadas durante o enfrentamento da pandemia decorrente do Coronavírus (COVID-19). **Órgão Oficial do Município**, Maringá, 15 set. 2020a. Disponível em: <http://www2.maringa.pr.gov.br/cdn-imprensa/decreto1360.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2021.

MARINGÁ (Cidade). Decreto nº 1.817/2020, de 25 de novembro de 2020. Dispõe sobre medidas adotadas para fins de enfrentamento da pandemia decorrente do Coronavírus (COVID-19). **Órgão Oficial do Município**, Maringá, 25 nov. 2020c. Disponível em: <http://www2.maringa.pr.gov.br/cdn-imprensa/decreto3470.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2021.

MARINGÁ (Cidade). Decreto nº 1.840/2020, de 30 de novembro de 2020. Dispõe sobre medidas adotadas para fins de enfrentamento da pandemia decorrente do Coronavírus (Covid-19). **Órgão Oficial do Município**, Maringá, 30 nov. 2020b. Disponível em: <http://www2.maringa.pr.gov.br/cdn-imprensa/3474.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2021.

MEIHY, J. C. S. B. **Memórias e Narrativas**: história oral aplicada. São Paulo: Contexto, 2020.

MENEZES, T. de S. B. de *et al.* Representação social da obesidade: análise com estudantes do ensino médio e universitários. **Cienc. Psicol.**, Montevideo, v. 15, n. 1, e2388, p.1-16, jun. 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.22235/cp.v15i1.2388>.

MOSCOVICI, S. **Representações Sociais**. Investigações em psicologia social. Petrópolis: Editora Vozes, 2015.

NASCIMENTO, V. S.; SANTOS, A. V.; ARRUDA, S. B.; SILVA, G. A.; CINTRA, J. D. S.; PINTO, T. C. C.; XIMENES, R. C. C. Association between eating disorders, suicide and depressive symptoms in undergraduate students of health-related courses. **Einstein**, São Paulo, v. 18, dez. 2019. Doi: https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2020AO4908.

PACCOSI, S.; CRESCI, B.; PALA, L.; ROTELLA, C. M.; PARENTI, A. Obesity therapy: how and why? **Current Medicinal Chemistry**, v. 27, n. 2, p. 174-186, 2020. Doi: <https://doi.org/10.2174/0929867326666190124121725>.

PEREIRA, M. D.; CERIGATTO, M. P. Culto ao corpo e suas formas de disseminação através das mídias: uma revisão integrativa no olhar da Educação Física. **Revista Educar Mais**, v. 5, n. 2, p. 345-357, jan. 2021. Doi: <https://doi.org/10.15536/reducarmais.5.2021.2106>.

PEREIRA, V.; RODRIGUES, C.; CORTEZ, F. Fatores genéticos, epigenômicos, metagenômicos e cronobiológicos da obesidade. **Acta Portuguesa de Nutrição**, v. 17, p. 22-26, 2019. Disponível em: <https://actaportuguesadenutricao.pt/edicoes/fatores-geneticos-epigenomicos-metagenomicos-e-cronobiologicos-da-obesidade/>. Acesso em: 10 fev. 2021.

RUSSO, L. X. Associação entre vitimização por *bullying* e índice de massa corporal em escolares. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, n. 10, 2020. Doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00182819>.

SALMON, S.; TURNER, S.; TAILLIEU, T.; FORTIER, J.; AFIFI, T. O. Bullying victimization experiences among middle and high school adolescents: traditional *bullying* discriminatory harassment and cybervictimization. **Journal of adolescence**, v. 63, p. 29-40, fev. 2018. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.005>.

SAMPIERI, R. H.; COLLADO, C. F.; LUCIO, M. P. B. **Metodologia de pesquisa**. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SILVA, G. A.; XIMENES, R. C. C.; PINTO, T. C. C.; CINTRA, J. D.; SANTOS, A. V.; NASCIMENTO, V. S. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 4, p. 239-246, out./dez. 2018. Doi: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000211>.

TRAGOMALOU, A.; MOSCHONIS, G.; KASSARI, P.; PAPAGEORGIOU, I.; GENITSARIDI, S. M.; KARAMPATSOU, S.; MANIOS, Y.; CHARMANDARI, E. A national e-Health Program for the prevention and management of overweight and obesity in childhood and adolescence in Greece. **Nutrients**, v. 12, n. 9, p. 2858, set. 2020. Doi: <https://doi.org/10.3390/nu12092858>.

VIANNA, M. V. O peso que não aparece na balança: sofrimento psíquico em uma sociedade obesogênica e lipofóbica. **Polêm!ca**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 94-110, jan./mar. 2018. Doi: 10.12957/polemica.2018.36073.

ZORENA, K.; JACHIMOWICZ-DUDA, O.; SLEZAK, D.; ROBAKOWASKA, M.; MRUGACZ, M. Adipokines and obesity: potential link to metabolic disorders and chronic complications. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 21, n. 10, p. 1-18, maio 2020. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijms21103570>.

Recebido em: 01/07/2021.

Aceito em: 13/12/2021.