

INSATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA CIENTÍFICA

Roberta Campos Leão^{1*}, Nair Augusta de Araújo Almeida Gomes¹

¹ Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Escola de Ciências Sociais da Saúde, Goiânia, Goiás, Brasil.

***Autor Correspondente:** Roberta Campos Leão, Av. Xingu, Qd.43 Lt.05 Parque Amazônia. Goiânia – GO. E-mail: rcamposleao@gmail.com
Telefone: (62)999559560

RESUMO

Objetivo: realizar uma revisão sobre a insatisfação com a imagem corporal entre estudantes universitários. **Método:** Trata-se de uma revisão de literatura, com abordagem descritiva narrativa, por meio da realização de buscas de artigos científicos nos bancos de dados La Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e Scientific Eletronic Library Online. O período de busca foi entre agosto de 2020 e maio de 2021. Para proceder com a seleção dos artigos de interesse foram utilizados os seguintes termos: “insatisfação corporal”, “universitários”. Foram utilizados como critérios de inclusão: população de universitários, estudos nos idiomas português, espanhol e inglês, que abordassem o tema em questão, publicados no período de 2005 a 2020, disponíveis e gratuitos. Excluíram-se em função da dubiedade das fontes e/ou irrelevância do artigo para a construção da pesquisa, artigos não disponibilizados na íntegra ou que não se enquadraram nos objetivos do presente estudo.

Resultados e considerações finais: O público avaliado, a partir da soma das amostras dos artigos, totalizou 9.358 universitários de ambos os sexos. A maioria dos estudantes apresentaram Índice de Massa Corporal (IMC) dentro da faixa de normalidade. Observou-se maior prevalência de insatisfação corporal entre as mulheres e entre os acadêmicos com desvio nutricional para sobrepeso, obesidade ou magreza. Os resultados indicaram um elevado percentual de universitários insatisfeitos com a imagem corporal. Espera-se que os resultados obtidos possam contribuir para a implantação de programas e ações em saúde voltadas para a melhor aceitação do corpo.

Palavras-chave: Imagem corporal; Comportamento Alimentar; Estudantes de Ciências da Saúde.

ABSTRACT

Objective: to carry out a review of dissatisfaction with body image among university students. **Method:** It is a literature review, with a descriptive narrative approach, by conducting searches for scientific articles in the databases La Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde and Scientific Eletronic Library Online. The search period was between August 2020 and May 2021. To proceed with the selection of articles of interest, the following terms were used: “body dissatisfaction”, “university students”. Inclusion criteria were: population of young university students, studies in Portuguese, Spanish and English, which addressed the topic in question, published between 2005 and 2020, available and free of charge. Due to the dubious sources and / or irrelevance of the article for the construction of the research, articles that were not available in full, or that did not fit the objectives of this study, were excluded. Results and closing remarks: The evaluated public, from the sum of the samples of the articles, totaled 9,358 university students of both sexes. Most students had a Body Mass Index (BMI) within the normal range. There was a higher prevalence of body dissatisfaction among women and among academics with nutritional deviation towards overweight, obesity or thinness. The results indicated a high percentage of university students dissatisfied with their body image. It is hoped that the results obtained may contribute to the implementation of health programs and actions aimed at better acceptance of the body.

Keywords: Body Image; Feeding Behavior; Students Health Occupations.

INTRODUÇÃO

No padrão estético atual, imposto pela sociedade como ideal, o corpo magro, definido, musculoso, sem levar em consideração o biotipo e os aspectos relacionados a saúde são sinal de beleza e poder. Este padrão cria uma situação de frustração, baixa estima e discriminação aos que não se enquadram neste modelo. Estimula mulheres a se sentirem feias e a desejarem o emagrecimento ou ganho de músculo/peso no caso de mulheres abaixo do peso, podendo ser esta uma condição relevante para o aparecimento de Transtornos do Comportamento Alimentar (TCA).¹

A percepção da imagem corporal é de caráter multifatorial, envolvendo aspectos cognitivos, afetivos, sociais e culturais, baseada nos sentimentos de uma pessoa em relação ao tamanho e às formas corporais.² Em geral, a insatisfação com a imagem corporal pode tornar as pessoas mais suscetíveis a buscar dietas inadequadas e abusar do exercício, o que prejudica a qualidade de vida delas.³

Em alguns cursos de graduação, os quais estimulam a melhora da aparência física e a valorização do corpo preconizado como típico dessas profissões, os acadêmicos podem estar mais sujeitos à busca do padrão de corpo magro e/ou definido ou musculoso exposto pela mídia.⁴

Os estudantes universitários possuem suas próprias características, pois estão passando por um processo de mudanças sociais e culturais e da juventude, afetando o funcionamento psicológico devido a situações estressantes.⁵ As mudanças no cotidiano de vida de universitários, bem como as pressões para a busca da imagem corporal perfeita pode levar esses sujeitos a ingestão inadequada de nutrientes.⁶

Diante do exposto, justifica-se a realização de estudo que objetiva avaliar, por meio de revisão bibliográfica, a satisfação com a imagem corporal de estudantes universitários. E assim, subsidiar futuros estudos, políticas e programas na área da saúde, visando minimizar a pressão exercida pela sociedade relacionada ao corpo, bem como, prevenir as consequências desencadeadas pela insatisfação.

MÉTODO

O presente trabalho trata-se de uma revisão de literatura, com abordagem descritiva narrativa, por meio da realização de buscas de artigos científicos em bancos de dados como La Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

O período de busca foi entre agosto de 2020 e maio de 2021. Foram pesquisados trabalhos que apresentavam relevância científica acerca da temática relacionada ao comportamento alimentar dos estudantes universitários. Para proceder com a seleção dos artigos de interesse foram utilizados os seguintes termos: “insatisfação corporal”, “universitários”. Foram acrescentados trabalhos buscados manualmente, em referências de estudos já selecionados sobre o tema.

Para dar um tratamento mais estruturado a coleta dos resultados retornados pelo sistema, foram utilizados filtros eletrônicos do próprio banco dados. Os critérios para a seleção dos artigos: população de jovens universitários, nos idiomas português, espanhol e inglês, que abordassem o tema em questão, publicados no período de 2005 a 2020, disponíveis e gratuitos. Excluíram-se em função da dubiedade das fontes e/ou irrelevância do artigo para a construção da pesquisa, artigos não disponibilizados na íntegra, ou que não se enquadraram nos objetivos do presente estudo.

Inicialmente, as publicações foram analisadas a partir da leitura dos títulos e resumos, de modo que os trabalhos que divergiram do objetivo geral de pesquisa foram excluídos da

análise. Em seguida, foi realizada a leitura integral de cada artigo e os dados principais foram compilados para uma planilha pré-definida para o fichamento, com os seguintes domínios: autor, revista e ano de publicação; objetivo; metodologia/ tipo de estudo; principais resultados; limitações; conclusão. Após selecionados todos os artigos que contemplaram a revisão de literatura, realizou-se a redação sob uma visão crítica. A síntese descritiva do tema foi composta por 22 artigos.

RESULTADOS

A maioria dos estudos selecionados foram realizados no Brasil (Tabela 1). O público avaliado, a partir da soma das amostras dos artigos, totalizou 8.160 participantes de ambos os sexos, entre adolescentes e adultos. O estudo com maior amostra (1.493 participantes) foi realizado por Hricová et al.,⁹ o qual teve o intuito de explorar a relação entre a insatisfação corporal e o índice de massa corporal (IMC) de estudantes universitários do sexo masculino e feminino.

O estudo com menor amostra (45 participantes) foi o de Oliveira et al.,¹⁹ com o objetivo de avaliar em universitárias da área da saúde, indícios de transtornos alimentares, satisfação com a imagem corporal e influência da mídia. Os estudos foram descritivo, transversal, correlacional, observacional e de revisão da literatura. Estes tiveram como objetivo verificar a insatisfação corporal, checagem do corpo, comportamento alimentar, influência da mídia e verificar o comportamento de risco para transtornos alimentares em universitários de ambos os sexos.

De acordo com as amostras avaliadas nas pesquisas, a maioria dos estudantes apresentaram Índice de Massa Corporal (IMC) dentro da faixa de normalidade.^{6, 7, 10, 18, 19}

Observou-se que as mulheres apresentaram maior prevalência de insatisfação corporal do que os homens.^{4, 7, 8, 14, 16} Bem como, maior insatisfação corporal nos acadêmicos com desvio nutricional para sobrepeso e obesidade e magreza.^{4, 9, 11, 16, 21} E também maior naqueles com risco para doenças cardiovasculares, quando comparados aos que não apresentaram risco.¹⁶

Os achados apresentados nos estudos sugerem uma relação entre imagem corporal, preocupações com o corpo, insatisfação corporal e atitudes alimentares desordenadas na sua maioria entre mulheres universitárias. De modo geral, as atitudes alimentares desordenadas estão relacionadas à autoestima, imagem corporal, corpo desejado e uso de mídias sociais.¹⁷

Tabela 1- Características dos estudos sobre insatisfação da imagem corporal em universitários.

Autor, ano	População do estudo N	Tipo de estudo	Objetivo	Principais resultados
Miranda, et al., 2012 ⁴	535 Universitários das áreas da Saúde, Humanas e Exatas	Transversal e correlacional	Verificar a prevalência de insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento, bem como a relação com sexo e com estado nutricional.	- 245 estudantes do sexo masculino. A média do BSQ foi de $68,00 \pm 28,74$, sendo 88,9% livres de insatisfação. Porém, pela escala de silhuetas, 76,6% foram considerados insatisfeitos. - Os estudantes da área de saúde e humanas foram, sem significância, mais insatisfeitos que alunos de exatas. As mulheres em relação aos homens e aqueles com sobrepeso/obesidade tiveram a maior frequência na classificação de insatisfação corporal.
Kessler et al., 2013 ⁷	225 Universitários de oito cursos da área da saúde	Descritivo, transversal e quantitativo	Avaliar a relação entre a insatisfação da imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e o estado nutricional em universitárias da área da saúde.	- A média de idade foi de 22,65 anos e a de IMC de $23,05 \text{ kg/m}^2$, estando a maioria das universitárias em eutrofia (69,8%). Quanto ao peso desejado, 74,7% gostariam de pesar menos; dessas, 64,9% eram eutróficas. Conforme o BSQ, 51,1% das universitárias tiveram algum grau de insatisfação corporal, e a prevalência de atitudes indicativas de transtornos alimentares, de acordo com o EAT-26, foi de 21,8%. Ao relacionar a insatisfação da imagem corporal e atitudes de risco para transtornos alimentares, percebeu-se que 87,75% das universitárias com EAT positivo apresentaram algum grau de insatisfação corporal.
Batista et al., 2015 ⁸	207 Universitários: Ed. física, nutrição e estética	Transversal, quantitativo, descritivo e correlacional	Analisar a prevalência de insatisfação corporal, checagem do corpo, influência da mídia e comportamento alimentar em estudantes de cursos da área da saúde.	- Em relação à insatisfação corporal, para o sexo feminino, 79,4% (135) foram classificadas como livres de insatisfação, 15,3% (26), leve insatisfação; 4,7% (8), moderada insatisfação e 0,6% (1), grave insatisfação corporal. Para o sexo masculino, 100% (41 indivíduos) classificados como livres de insatisfação. - Observou-se que as mulheres apresentaram maior prevalência de insatisfação corporal do que os homens.
Hricová et al., 2015 ⁹	1493 Estudantes Universitários de cursos diversos	Pesquisa online estudo SLiCE	Explorar a relação entre a insatisfação corporal e o índice de massa corporal (IMC) de estudantes universitários do sexo masculino e feminino.	- Existe uma relação linear entre a insatisfação corporal e o IMC com um padrão semelhante para homens e mulheres. Foram encontradas diferenças significativas na insatisfação corporal de acordo com a categoria do IMC e o nível de autodeterminação. A maior insatisfação corporal foi encontrada entre os alunos com sobrepeso e obesidade, bem como entre os alunos com menor nível de autodeterminação.
Ruiz et al., 2015 ⁵	1162 Estudantes Universitários de cursos diversos	Observacional, descritivo e transversal	Avaliar a percepção da imagem corporal de estudantes universitários de Navarra.	- 43,03% dos alunos superestimaram a imagem corporal (10,65% nos homens e 59,69% nas mulheres) e 10,20% dos alunos a subestimaram. 46,75% dos alunos apresentaram concordância entre o IMC e a percepção da imagem corporal.

Bento et al., 2016 ¹⁰	174 Universitárias: enfer. Fisioterapia e nutrição	Transversal	Verificar o comportamento de risco para transtornos alimentares, estado nutricional e percepção da imagem corporal em estudantes do sexo feminino.	- A maioria das estudantes estavam eutróficas, 69,54% da amostra total. 23% apresentaram sobrepeso e obesidade: fisioterapia (24,62%), nutrição (23,34%) e enfermagem (21,52%). - Alunas do curso de fisioterapia obtiveram o maior valor para a classificação de insatisfação (12,31%), seguido de enfermagem (7,59%) e nutrição (3,33%).
Alves et al., 2017 ¹¹	1265 Universitários: Ed.Física, Enferm.; Eng. de produção e Administ.	Transversal	Verificar a insatisfação corporal em universitários e sua associação com sexo, faixa etária, área, semestre letivo, turno de estudo, prática de atividade física e ocupação profissional.	- Do total, 52,3% dos universitários apresentaram insatisfação por excesso de peso. Destes, a maioria era do gênero feminino (33,0%) e tinham entre 19 e 25 anos (24,0%). - Em relação à área, um maior percentual apresentou insatisfação por excesso de peso (32,1% e 20,3%) as áreas de saúde e exatas respectivamente ($p \leq 0,005$). Não foi encontrado diferença significativa da imagem corporal, com a prática de atividade física.
Lim; You, 2017 ¹²	502 Estudantes Universitárias de cursos diversos	Transversal	Investigar a associação direta e indireta de fatores psicológicos (autoestima e depressão) no comportamento alimentar anormal em uma amostra coreana.	- Os achados sugerem que estudantes com baixa autoestima e alta depressão têm maior probabilidade de apresentar níveis mais elevados de insatisfação corporal, o que, por sua vez, tende a estar associado a um comportamento alimentar anormal. A identificação desse caminho tem implicações clínicas no desenvolvimento de programas para prevenir comportamentos alimentares anormais entre jovens universitárias.
Silva, et al., 2017 ¹³	207 Estudantes Educação Física, Nutrição e Estética.	Quantitativo, transversal, descritivo e correlacional	Verificar a correlação da checagem e da insatisfação corporal com o comportamento alimentar em acadêmicos de Educação Física, Nutrição e Estética.	-As mulheres do curso de Educação Física apresentaram maior média para insatisfação corporal (81,67 pontos) e para os comportamentos alimentares inadequados (13,13 pontos) quando comparadas aos homens (49,46 pontos e 6,49 pontos, respectivamente). No curso de Nutrição, o IMC (25,86) e a checagem corporal (1,29) foram estatisticamente maiores em homens quando comparados às mulheres do mesmo curso.
Pieper; Cordova, 2018 ¹⁴	89 Estudantes Nutrição e fisioterapia	Transversal, e quantitativo	Verificar a prevalência de Insatisfação Corporal (IC) e risco para Transtornos Alimentares (TA) em estudantes de nutrição, quando comparados a outro curso na área da saúde.	- A idade média de $\pm 24,66$ anos. A população de estudantes de Nutrição mostrou-se com forte insatisfação corporal, e os de Fisioterapia moderada ($r = 0,609$). - Conclui-se que, estudantes do sexo feminino de nutrição tem maior insatisfação corporal, quando comparadas a estudantes do sexo feminino do curso de Fisioterapia.
Mazzaia; Santos, 2018 ⁶	120 Estudantes Nutrição	Transversal e quantitativo	Identificar a presença de fatores de risco em estudantes de enfermagem para o desenvolvimento de transtornos alimentares.	- 25% dos graduandos apresentaram alteração do comportamento alimentar, 45,8% insatisfação com imagem corporal. - 58,3% apresentaram IMC dentro de índices de normalidade, 10,8% baixo peso, 23,3% sobrepeso, 5,1% obesidade I, 2,5% obesidade II. - Observou-se associação significativa entre preocupação com a imagem corporal (BQS) e o ano de graduação. Graduandos mais jovens apresentaram maior risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.

Medina-Gómez et al., 2019 ¹⁵	516 Universitários de cursos de áreas diversas	Transversal e descritivo	Analisar os níveis de ansiedade e insatisfação corporal e sua relação com as diferenças de gênero, curso e centro de estudos em 516 universitários de Burgos	- Cerca de 20% dos participantes apresentaram níveis elevados de ansiedade, embora não tenham sido encontradas diferenças por gênero, curso ou centro; além disso, 61,4% apresentavam insatisfação corporal alta ou moderada, principalmente se fossem mulheres, pessoas ansiosas ou cursando o segundo ano de faculdade.
Silva et al., 2019 ¹⁶	348 Universitários de cursos diversos	Transversal	Verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com variáveis sociodemográficas, econômicas, antropométricas e atividade física de universitários.	A prevalência de insatisfação com a imagem corporal foi de 59,8% entre os homens e de 55,2% entre as mulheres. - A insatisfação pelo excesso de peso, entre homens e mulheres, foi maior nos indivíduos com excesso de peso, quando comparados aos eutróficos, segundo o índice de massa corporal. - A insatisfação pela magreza foi maior entre as mulheres com baixo peso quando comparadas às eutróficas.
Aparício-Martinez et al., 2019 ¹⁷	168 Universitários de cursos diversos	Transversal	Determinar a relação entre comportamentos alimentares desordenados entre universitárias e fatores socioculturais (uso de sites de redes sociais, ideais de beleza, satisfação e imagem corporal).	- As atitudes alimentares desordenadas estavam relacionadas à autoestima ($p < 0,001$), imagem corporal ($p < 0,001$), corpo desejado ($p < 0,001$), uso de mídias sociais ($p < 0,001$) e testosterona pré-natal ($p < 0,01$). - Os resultados sugerem uma relação entre imagem corporal, preocupações com o corpo, insatisfação corporal e atitudes alimentares desordenadas entre mulheres universitárias.
Alves et al., 2020 ¹⁸	115 Estudantes Universitários de cursos diversos	Transversal	Avaliar a satisfação corporal e verificar sua associação com variáveis sociodemográficas, comportamentais e de saúde de estudantes universitários.	- Os alunos apresentaram prevalência de 53,9% de satisfação com o próprio peso. - Em relação ao peso, 61,6% eram eutróficos. A insatisfação corporal foi significativamente associada a nacionalidade estrangeira e estado nutricional.
Oliveira et al., 2020 ¹⁹	45 Universitárias Nutrição Estética e Ed. Física	Quantitativo, descritivo, transversal, observacional	Avaliar, em universitárias da área da saúde, indícios de transtornos alimentares, satisfação com a imagem corporal e influência da mídia.	- Observou-se que, das 45 universitárias, a maioria apresentou IMC adequado; 26,7% indícios de transtornos alimentares; 4,4%, insatisfação corporal grave e influência da mídia e 2,2% compulsão alimentar periódica.
Lameu et al., 2016 ²⁰	635 Universitários de cursos diversos		Avaliar a prevalência de sintomas de stress entre os estudantes de graduação.	- A prevalência de stress entre os estudantes segundo o Inventário de Sintomas foi de 50%. - Em relação ao gênero, a ocorrência de stress entre os estudantes foi significativamente maior no sexo feminino que no sexo masculino.
Reis; Soares, 2017 ²¹	165	Observacional e transversal	Avaliar a percepção de imagem, a satisfação corporal e o risco para	- Observou-se 38,8% dos estudantes com alteração de percepção de imagem, 69,7% de insatisfação corporal e 32,7% de risco para TA. As estudantes com excesso de

	Universitárias do curso de Nutrição		Transtornos Alimentares estudantes de Nutrição.	de peso apresentaram mais chance de desenvolver TA e alteração de percepção de imagem.
Bosi et al., 2014 ²²	189 Universitárias do curso de medicina	Estudo transversal	Identificar comportamentos alimentares e imagem corporal como fatores de risco para TCA em estudantes de Medicina	- Os resultados do presente estudo revelam uma prevalência de 45,5% das alunas de Medicina com comportamentos alimentares anormais ou de risco para o desenvolvimento de TCA. - Houve associação significativa entre IMC, imagem corporal e risco para TCA.

DISCUSSÃO

Os padrões de beleza mudam com certa rapidez. Atualmente dizem que mulheres tem que ser magras, como uma modelo de passarela e homens devem ser fortes e musculosos.¹⁸ Os sujeitos mais vulneráveis aos efeitos dessa pressão são as mulheres entre 15-19 anos, nessa faixa etária elas estão finalizando o ensino médio e ingressando nos cursos superiores.²⁰ Nesse período se veem expostas a situações de tensão devido ao ganho de responsabilidade acadêmica, inclusão em outros círculos de convivência, afastamento dos familiares e adoção novos hábitos de vida, inclusive alimentares e autocrítica.¹⁴

Em relação à percepção da própria imagem corporal observa-se insatisfação com o corpo entre alunos das áreas de saúde, principalmente dos cursos de nutrição, fisioterapia e educação física.^{4, 11,13,14,21} Estes também possuem altos percentuais de risco para transtornos alimentares.²¹

O risco para desenvolver transtornos alimentares é maior entre as estudantes com excesso de peso e insatisfação corporal, seguido das estudantes magras e por último as estudantes eutróficas.²¹ Enquanto um pequeno número de estudantes do curso de Nutrição se considera magro, a grande maioria das universitárias do curso de enfermagem classificam-se eutróficas e demonstram preocupação com a imagem corporal.^{6, 10} Nenhuma acadêmica dos cursos de enfermagem, fisioterapia e nutrição apresentou insatisfação corporal classificada como grave.¹⁰

Os indivíduos eutróficos se apresentaram satisfeitos com o peso, já os indivíduos com desvios nutricionais insatisfeitos por considerarem estar abaixo ou acima do peso, respectivamente.^{4, 9,16,18} Grande parte das estudantes de baixo do peso se sentiram insatisfeitas com seu corpo e com vontade de aumentar seu contorno corporal para atingir os padrões estéticos considerados como adequados.²¹

Um número significativo de estudantes que apresentaram insatisfação com a imagem corporal também apresentou IMC acima do peso considerado normal e comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de transtorno alimentar.^{6,9,11} Quanto maior o sentimento de insatisfação corporal, maior será o IMC, o comportamento alimentar inadequado, o poder de influência da mídia e a checagem corporal.⁸

Estudantes universitários da área de saúde, de ambos os sexos, apresentaram alta frequência de comportamento de checagem corporal.⁸ No curso de Nutrição os acadêmicos do sexo masculino apresentaram esse comportamento com maior frequência.¹³

A imagem corporal é um conceito multidimensional e dinâmico, segundo o qual as percepções são formadas com base em experiências, conceitos e comportamentos.²³ Dentre os fatores que influenciam a forma pela qual os adolescentes se veem e/ou se analisam tem-se a sociedade, a mídia, a globalização que promove informações velozes e a tecnologia da rede virtual.²⁴

Em relação à percepção distorcida da imagem, quanto ao sobrepeso e obesidade, as alunas que mais se veem acima do peso, são as que cursam fisioterapia, enfermagem e nutrição, respectivamente.¹⁰ Isso provavelmente se deve ao fato de os acadêmicos dos cursos que abordam a importância de uma boa aparência física ter mais interesse em buscar o “padrão corporal ideal” que a sociedade apresenta.^{4,8} Em outro estudo mais da metade dos estudantes superestimaram ou subestimaram a imagem corporal e os demais apresentaram concordância entre o IMC e a percepção da imagem corporal.⁵

A supervalorização do peso e práticas inadequadas de controle de peso ao longo dos anos, estar exposto a um ambiente universitário estressante, ser estudante de cursos de nutrição e educação física, além da idade, cultura familiar e sexo feminino são fatores de risco que

influenciam no aparecimento o desenvolvimento de transtornos de comportamento alimentar em estudantes universitários.²⁵

A insatisfação corporal e o excesso de peso podem ser considerados reflexo da influência dos padrões magros, fortemente disseminados sobre os universitários pela sociedade.¹⁷ Em especial entre os universitários de cursos da área da saúde, que apresentam uma satisfação corporal menor do que os das demais áreas, devido a uma maior autocobrança pelo corpo saudável e dentro dos padrões considerados adequados, por considerarem ser um modelo estético para seus futuros pacientes.¹¹

A insatisfação corporal impulsiona a adoção de medidas dietéticas extremas, ora se alimentando muito, ora em pequena quantidade, reproduzindo um ciclo entre saúde mental afetada e comportamento alimentar.^{12,15,16} A manifestação de distúrbios alimentares está relacionada ao tempo de estudos universitários, tendo repercussão direta sobre os hábitos alimentares.⁹

Ações de educação em saúde voltadas para a imagem corporal devem ser realizadas com pessoas jovens e focar em estratégias que possibilitem melhorar a percepção de uma alimentação e de um corpo saudáveis.²³

Diante desses resultados, conclui-se que os universitários estão buscando um corpo perfeito e não um corpo saudável.²² Assim, se faz necessário repensar a formação destes futuros profissionais. Visto que, dentre as atribuições do nutricionista estão prescrever dietas, e realizar ações de Educação Alimentar e Nutricional para indivíduos e coletividades, e por essa razão o profissional precisa saber discernir entre as condutas saudáveis para atingir o emagrecimento e as dietas da moda.²¹

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se nessa pesquisa que a insatisfação corporal é um dos principais riscos para distúrbios alimentares e que o comportamento alimentar é influenciado pela insatisfação corporal.

Entre os universitários de cursos da área da saúde, por eles se considerarem um modelo estético a ser seguido por seus futuros pacientes, a satisfação corporal é menor. A maioria dos que apresentaram insatisfação com a imagem corporal também apresentaram IMC acima ou abaixo do peso considerado normal e comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de transtorno alimentar. As mulheres possuem maior prevalência de insatisfação corporal e comportamentos alimentares deletérios à saúde quando comparadas aos homens. Ambos os sexos se sentiram pressionados a adotar o padrão de corpo exposto pela mídia e apresentaram alta frequência de comportamento de checagem corporal.

Os estudos reforçam a ideia do quanto o ideal de beleza imposto pela sociedade influencia os jovens universitários na busca pelo corpo perfeito. Por fim, há a necessidade de um olhar atento nesses comportamentos com vistas à promoção da saúde. Espera-se que os resultados possam subsidiar o desenvolvimento de programas para prevenir comportamentos alimentares anormais entre universitários.

REFERÊNCIAS

1. Henn AT, Taube CO, Vocks S, Hartmann AS. Body image as well as eating disorder and body dysmorphic disorder symptoms in heterosexual, homosexual, and bisexual women. *Front. Psychiatry* 2019;10(531):1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00531>
2. Adami F, Fernandes TC, Frainer DE, Oliveira FR. Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. *Lecturas, Educación Física y Deportes* 2005; 83(10).
3. Timerman F, Scagliusi FB, Cordás TA. Acompanhamento da evolução dos distúrbios de imagem corporal em pacientes com bulimia nervosa, ao longo do tratamento multiprofissional. *Rev Psiq Clín* 2010;37(93):113-7.
4. Miranda VPN, Filgueiras JF, Neves CM, Teixeira PC, Ferreira MEC. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. *J Bras Psiquiatr* 2012;61(1):25-32.
5. Ruiz MNS, Fernández BM, Ontoso IA, Guillén-Grima F, Monzó IS, Armayor NC, Cantón JHM, Stock C, Kraemer A, Annan J. Análisis de la percepción de la imagen corporal que tienen los estudiantes universitarios de Navarra. *Nutr Hosp* 2015;31(5):2269-2275.
6. Mazzaia MC, Santos RMC. Fatores de risco para transtornos alimentares em graduandos de enfermagem. *Acta Paul Enferm* 2018;31(5):456-462. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800065>
7. Kessler, A. L.; Poll, F.A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *J Bras Psiquiatr* 2018;67(2):118-25. doi: 10.1590/0047-2085000000194
8. Batista A, Neves CM, Meireles JFF, Ferreira MEC. Dimensão atitudinal da imagem corporal e comportamento alimentar em graduandos de educação física, nutrição e estética da cidade de juiz de fora. *Rev de Educ Fis* 2015;26(1). doi: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.23372>
9. 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. *Čes a slov psychiat* 2015;111(2):64–71.
10. Bento KM, Andrade KNDS, Silva EIG, Mendes, MLM, Omena CMB, Carvalho, PGS, Schwingel PA. Transtornos Alimentares, Imagem Corporal e Estado Nutricional em Universitárias de Petrolina-PE. *Rev Bras Ciênc Saúde* 2016;20(3):197-202.
11. Alves FR, Souza EA, Paiva CS, Teixeira FAA. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Cinergis* 2017;18(3):210-215. doi: <http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v18i3.9037>
12. 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. doi: <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0542-2>
13. Silva NLN, Soares TO, Neves CM, Meireles JFF, Carvalho PHB, Ferreira MEC. Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de Educação Física, Nutrição e Estética. *Rev Bras Ciênc Mov* 2017;25(2):99-106. doi: <http://dx.doi.org/10.18511/rbcm.v25i2.6275>
14. Pieper TR, Cordova ME. Percepção da imagem corporal e risco de transtornos alimentares em universitárias. *RBONE* 2018;12(74):796-803.

15. Medina-Gómez MB, Martínez-Martín MA, Escolar-Illamazares MC, González-Alonso Y, Mercado-Val E. Ansiedad e insatisfacción corporal en universitarios. *Acta Colomb Psicol* 2019;22(1):13-21. doi:<https://doi.org/10.14718/ACP.2019.22.1.2>
16. 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. *Einstein (São Paulo)* 2019;17(4):1-7. doi: https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2019ao4642
17. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macías MD, Pagliari C, Vaquero-Abellan M. Social Media, ThinIdeal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *Int J Environ Res Public Health* 2019;16(21):4177. doi: 10.3390/ijerph16214177.
18. Alves MN, Rosolen MD, Costa TB, Bordini FW. Associação entre satisfação corporal e aspecto sociodemográfico, comportamental e de saúde de universitários. *Demetra* 2020; 15 (e4736): 1-14. doi: 10.12957/demetra.2020.47361
19. Oliveira APG, Fonseca IR, Almada MORV, Acosta RJLT, Silva MM, Pereira KB, Nascimento PL, Salomão JO. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. *Rev Enferm* 2020;14. doi: 10.5205/1981-8963.2020.245234
20. Lameu JN, Salazar TL, Souza WF. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicol Educ* 2016; 42:13-22. doi: <http://dx.doi.org/10.5935/2175-3520.20150021>
21. Reis AS; Soares LP. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. *Rev Bras Ciênc Saúde* 2017;21(4):281-290.
22. Bosi MLM, Nogueira JAD, Uchimura KY, Luiz RR, Godoy MGC. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med* 2014;38(2):243-52. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000200011>
23. Araújo TS, Barbosa FVC, Gubert FDA, Almeida PC, Martins MC, Carvalho, QGDS, Costa ACPJ, Vieira NFC. Factors associated with body image perception among brazilian students from low human development index areas. *J Sch Nurs* 2017; xx(xx): p. 1-9.
24. Pike KM, Dunne PE. The rise of eating disorders in Asia: a review. *J Eat Disord* 2015;(3):33. doi: 10.1186 / s40337-015-0070-2
25. Nunes LG, Santos MCS, Souza AA. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *HU Revista* 2017;43(1):61-69. doi: <https://doi.org/10.34019/1982-8047.2017.v43.2629>