

## Satisfação corporal e o nível de atividade física de adolescentes do município de Ubaitaba, BA

Body satisfaction and physical activity level of teenagers of Ubaitaba, BA

Nadjara Souza Bomfim<sup>1</sup>

### Resumo

**Objetivo:** Analisar a variação da satisfação corporal entre os adolescentes com a idade, massa corporal, estatura, IMC, silhueta e nível de atividade física diferenciados. **Métodos:** A população do estudo foi composta pelos alunos matriculados entre a 5ª e 8ª série do ensino fundamental, em escolas públicas do município de Ubaitaba, BA, sendo a amostra constituída de 284 adolescentes, estratificados por escola, sexo e série (IC=95%). Foram realizadas medidas antropométricas (massa corporal, estatura, circunferência cintura e quadril) e aplicada uma entrevista construída mediante a composição de partes de outros instrumentos já validados contendo questões relativas às variáveis sociodemográficas, saúde clínica e percebida e aspectos comportamentais. Na análise dos dados foram utilizados procedimentos da estatística descritiva (frequência, média, mediana, desvio padrão) e medidas inferenciais da estatística não paramétrica;  $p < 0,05$ . **Resultados:** A insatisfação com a imagem corporal foi mais prevalente nas meninas que queriam engordar, porém mantiveram-se dentro das silhuetas da magreza. Não foi encontrado variação na satisfação corporal para o sexo masculino, nas variáveis investigadas. Porém para o sexo feminino aquelas mais pesadas e com o IMC mais elevado estavam mais insatisfeitas com o corpo. **Conclusões:** Os resultados apresentados nessa investigação sinalizam que programas dirigidos ao controle de peso corporal em adolescentes podem contribuir para minimizar a distorção da imagem corporal, de tal forma que possa contribuir para um constructo de satisfação corporal.

**Palavras-chave:** percepção corporal, atividade física, saúde, adolescentes.

### Abstract

**Objectives:** To analyze the variation in body satisfaction among adolescents with age, body weight, height, BMI, silhouette and different level of physical activity. **Methods:** The study population was composed of students enrolled between the 5th and 8th grade of primary education in public schools in the city of Ubaitaba, BA, the sample is composed of 284 adolescents, stratified by school, sex and number (CI = 95%). It was carried out anthropometric measurements (weight, height, waist circumference and hip) and applied an interview constructed by the composition of parts of other instruments already validated with questions regarding sociodemographic, clinical health and perceived and behavioral aspects. In the data analysis were used procedures of descriptive statistics (frequency, mean, median, standard deviation) and inferential measurements of nonparametric statistics;  $p < 0.05$ . **Results:** Dissatisfaction with body image was more prevalent in girls who wanted to gain weight, but if mantiam within the silhouettes of thinness. It found no change in body satisfaction for males in the investigated variables. But for those women heavier and with higher BMI were more dissatisfied with the body. **Conclusions:** The results presented in this research indicate that programs aimed at weight control in adolescents can help to minimize the distortion of body image, so that it can contribute to a construct of body satisfaction.

**Keywords:** body awareness, physical activity, health, teenagers.

### Afiliação do autor

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Santa Cruz, Departamento de Ciências de Saúde, Ilhéus, Bahia

### \*Autor correspondente

Universidade Estadual de Santa Cruz, Departamento de Ciências de Saúde, Rodovia Jorge Amado, km 16, Bairro Salobrinho, CEP 45662-900. Ilhéus, BA, Brasil.

### Conflito de interesses

O autor declarou não haver conflito de interesses.

### Processo de arbitragem

Recebido: 22/06/2014  
Aprovado: 11/10/2014

## Introdução

Há a fantasia do corpo ideal e da boa forma física. É grande o número de pessoas insatisfeitas com seu próprio corpo. As pessoas aprendem desde criança que o corpo bonito é aquele cheio de curvas, e muitas vezes, mesmo com o peso adequado não se satisfazem com o corpo que possuem.

A imagem corporal é um importante componente do complexo mecanismo de identidade pessoal. O componente subjetivo da imagem corporal se refere à satisfação de uma pessoa com seu tamanho corporal ou partes específicas de seu corpo<sup>1</sup>.

É possível que o grau de insatisfação com a imagem corporal influencie o modo como adultos jovens se percebem em termos da relação massa corporal, percentual de gordura (G%) e estatura<sup>2</sup>.

As teorias socioculturais dos distúrbios da imagem corporal se referem às influências estabelecidas dos ideais de corpo às expectativas e experiências, além da etiologia e manutenção dos distúrbios da imagem corporal. Nesse sentido, destaca-se a influência negativa que exercem os meios de comunicação de massa<sup>1</sup>.

Estudos realizados em países em diferentes estágios de desenvolvimento sugerem que grupos jovens, especialmente do sexo feminino, apresentam com frequência insatisfação com a imagem corporal e mesmo uma imagem negativa, temor à obesidade e tendência a utilizarem diferentes técnicas para controle do peso<sup>3,4</sup>.

Partindo da hipótese de que os adolescentes que vivem em cidades interioranas em pequenos municípios estejam mais satisfeitos com seus corpos por serem menos pressionados a adotarem o estereótipo de beleza, este estudo tem como objetivo o de analisar a variação da satisfação corporal entre os adolescentes com idade, massa corporal, estatura, IMC, silhueta e nível de atividade física diferenciados.

## Métodos

Estudo com delineamento transversal realizado no município de Ubaitaba (Bahia), com escolares de 5ª a 8ª série do ensino fundamental, entre 10 a 15 anos, na zona urbana das escolas públicas municipais. Esse município tem uma população de aproximadamente 20 mil habitantes e sua economia é basicamente voltada à agricultura do cacau, que passa por sérias crises por causa da doença vassoura-de-bruxa.

Foi utilizada a técnica de amostragem aleatória, com partilha proporcional em dois estágios: sorteio da escola e sorteio das séries segundo os turnos escolares. Em seguida os adolescentes foram selecionados por conveniência. A população total dos escolares era de 1.095 alunos distribuídos em duas escolas, que ao ser calculada uma amostra significativa da população totalizou 284 alunos (IC=95%), sendo que 258 do total participaram da pesquisa e 26 não compareceram ou não quiseram responder ao questionário.

Foram avaliados os seguintes indicadores antropométricos (massa corporal, altura, circunferência da cintura e quadril). Na aferição da massa corporal, foi utilizada balança digital, com capacidade para 150kg; a estatura foi aferida, por meio de estadiômetro portátil de parede e as medidas de circunferência por meio de uma fita métrica apropriada para esse tipo de medida.

A entrevista (medidas reportadas) foi constituída por parte de outros instrumentos já validados e bem utilizados em levantamentos populacionais no país.

As variáveis de exposição foram agrupadas em quatro blocos:

a) Variáveis sociodemográficas: sexo; idade, escolaridade dos pais (em anos completos de escolaridade formal); nível econômico<sup>5</sup>;

b) Variáveis relacionadas ao padrão alimentar: número de refeições/dia; hábito de consumir as refeições em horários regulares; hábito de levar alimentos para a escola; hábito de comer na cantina da escola; hábito de comer estudando ou assistindo à TV foram classificadas sob a forma dicotômica;

c) Atividade física: o hábito de praticar atividade esportiva fora da escola foi classificado sob a forma dicotômica (sim/não) e a

frequência do hábito foi definida como o número de vezes por semana em que os participantes praticam atividade esportiva fora da escola. O tempo gasto em atividades sedentárias (número de horas por dia) foi classificado em duas categorias, utilizando-se como pontos de corte (insuficiente ativos < 150 min/sem);

d) Percepção da imagem corporal foi verificada pela escala de nove silhuetas, que representa um continuum desde a magreza (silhueta 1) até a obesidade severa (silhueta 9), no qual o adolescente escolhe o número da silhueta que considera mais semelhante a sua aparência corporal real e também o número da silhueta que acredita ser mais semelhante à aparência corporal ideal considerada para sua idade<sup>6</sup>. Para avaliação da satisfação corporal, subtraiu-se a aparência corporal real da aparência corporal ideal, tendo como amplitude de variação os escores de -8 até 8. A variação igual a zero possibilitou a classificação da adolescente como satisfeita; e se diferente de zero, a mesma foi classificada como insatisfeita. No caso da diferença positiva, foi considerado uma insatisfação pelo excesso de peso; e, quando negativa, uma insatisfação pela magreza.

Os dados coletados foram transferidos para um banco de dados previamente formatado no programa Epidata para Windows, versão 3.1b. O gerenciamento e a análise dos dados foram efetuados no programa SPSS versão 15.

A análise descritiva dos dados serviu para caracterizar a amostra, com a distribuição da frequência, cálculo da tendência central (média e mediana) e de dispersão (amplitude de variação e desvio padrão).

A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Kolmogorov-Smirnov para todas as variáveis analisadas. A ausência de normalidade fez com que utilizasse o teste de U de Mann-Whitney para analisar as diferenças na faixa etária, massa corporal, estatura, IMC e nível de atividade física em relação à satisfação corporal.

Para todos os procedimentos de análise, foi adotado o nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ).

## Resultados

Foram avaliados 258 alunos, sendo 52,3% (n=135) do sexo feminino e 47,7% (n=123) do sexo masculino. A tabela 1 contém as características dos participantes no estudo, em relação à classificação econômica, escolaridade e o nível de atividade física.

**Tabela 1**  
Características dos participantes do estudo.

Variável	%	n
Sexo		
Feminino	52,3	135
Masculino	47,7	123
Classificação econômica		
A1	-	-
A2	1,6	4
B1	8,5	22
B2	16,3	42
C	45,7	118
D	26,7	69
E	1,2	3
Escolaridade		
5ª série	29,8	77
6ª série	14,7	38
7ª série	25,2	65
8ª série	30,2	78
Atividade Física		
< 150 min/sem	48,4	125
≥ 150 min/sem	51,6	133

A percepção da imagem corporal foi mensurada por meio de escala contendo nove silhuetas, sendo que a silhueta de número 1 corresponde a magreza e a de número 9 a obesidade (Tabelas 2 e 3).

Os alunos escolheram como silhueta real e ideal da silhueta 1 até a 8. O grupo foi dividido em masculino e feminino, sendo que os meninos escolheram em maior proporção (29,3%) como silhueta real a de número 2, já a silhueta ideal em maior proporção (26,8%) foi a de número 3. As meninas escolheram em maior proporção (43,0%) como silhueta real a de número 2, e mantiveram em maior proporção (49,6%) como silhueta ideal.

**Tabela 2**

Frequência absoluta e relativa dos estudantes do sexo masculino, segundo a escala da percepção da imagem corporal real e ideal.

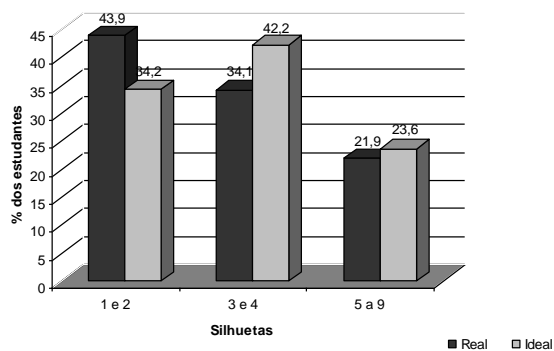
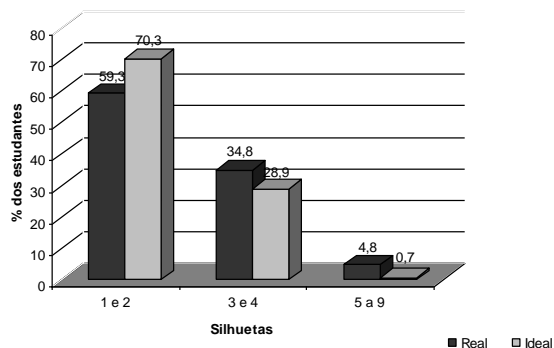
Escala	Percepção da Imagem Corporal			
	Silhueta real		Silhueta ideal	
	n	%	n	%
1	18	14,6	13	10,6
2	36	29,3	29	23,6
3	31	25,2	33	26,8
4	11	8,9	19	15,4
5	11	8,9	22	17,9
6	10	8,1	6	4,9
7	4	3,3	1	0,8
8	2	1,6	-	-
9	-	-	-	-
Total	123	100	123	100

**Tabela 3**

Frequência absoluta e frequência relativa dos estudantes do sexo feminino, segundo a escala da percepção da imagem corporal real e ideal.

Escala	Percepção da Imagem Corporal			
	Silhueta real		Silhueta ideal	
	n	%	n	%
1	22	16,3	28	20,7
2	58	43,0	67	49,6
3	34	25,2	35	25,9
4	13	9,6	4	3,0
5	3	2,2	1	0,7
6	1	0,7	-	-
7	3	2,2	-	-
8	1	0,7	-	-
9	-	-	-	-
Total	135	100	135	100

As silhuetas foram agrupadas em três categorias, em que as silhuetas 1 e 2 representariam a magreza, as silhuetas 3 e 4 a normalidade, e as silhuetas 5 a 9 o sobrepeso (Figuras 1 e 2).

**Figura 1.** Percentual dos estudantes do sexo masculino agrupados em três categorias de silhuetas.**Figura 2.** Percentual dos estudantes do sexo feminino agrupados em três categorias de silhuetas

É possível identificar que os estudantes do sexo masculino se encontram, em maior proporção (43,9%) agrupados na categoria 1 e 2 de silhuetas real, porém com silhuetas ideal a maior proporção (42,2%) foram a 3 e 4. As estudantes do sexo

feminino encontram-se agrupadas em maior proporção (59,3%) como silhueta real no grupo 1 e 2 das silhuetas e continuam agrupadas como silhuetas ideal nas mesmas em maior proporção (70,3%).

Essa proporção de satisfação com a imagem corporal encontra-se nas tabelas 4 e 5.

**Tabela 4**

Porcentagem dos estudantes do sexo masculino satisfeitos e insatisfeitos (magreza e excesso) com a imagem corporal.

Satisfação da Imagem Corporal	%	n
Satisfeitos	30,1	37
Insatisfeitos	69,9	86
Insatisfeito pela magreza	27,6	34
Insatisfeito pelo excesso	42,3	52
Total	100	123

**Tabela 5**

Porcentagem dos estudantes do sexo feminino satisfeitas e insatisfeitas (magreza e excesso) com a imagem corporal.

Satisfação da Imagem Corporal	%	n
Satisfeitas	30,4	94
Insatisfeitas	69,6	122
Insatisfeita pela magreza	48,9	66
Insatisfeita pelo excesso	20,7	28
Total	100	135

Observa que a porcentagem dos alunos do sexo masculino satisfeitos com a sua imagem corporal foi de 30,1%, sendo que 69,9% estavam insatisfeitos pela magreza (27,6%) ou pelo excesso (42,3%). As alunas do sexo feminino satisfeitas com a sua imagem corporal foi 30,4%, porém 69,6% estavam insatisfeitas pela magreza (48,9%) ou pelo excesso (20,7%).

A mediana da idade dos alunos do sexo masculino satisfeitos com a imagem corporal não diferiu dos insatisfeitos (Tabela 6). Na mediana da idade dos alunos do sexo feminino também não houve diferenças, porém houve diferença entre os escores de massa corporal e IMC para a imagem corporal ideal (Tabela 7).

**Tabela 6**

Mediana e rank médio da idade, massa corporal, estatura e IMC dos estudantes do sexo masculino de acordo com a percepção da imagem corporal.

Variáveis	Mediana	Rank médio	U	p
Idade (anos)				
Satisfeitos	14,00	59,34	1492,5	0,577
Insatisfeitos	14,00	63,15		
Massa Corporal (Kg)				
Satisfeitos	50,20	59,08	1483,0	0,551
Insatisfeitos	49,90	63,26		
Estatura (m)				
Satisfeitos	1,61	57,66	1430,5	0,376
Insatisfeitos	1,62	63,87		
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )				
Satisfeitos	19,30	59,66	1504,5	0,633
Insatisfeitos	19,00	63,01		
Atividade Física (tempo)				
Satisfeitos	0,00	55,42	1347,5	0,114
Insatisfeitos	1,00	64,83		

**Tabela 7**

Mediana e rank médio da idade, massa corporal, estatura e IMC dos estudantes do sexo feminino de acordo com a percepção da imagem corporal.

Variáveis	Mediana	Rank médio	U	p
Idade (anos)				
Satisfeitos	13,00	64,52	1784,5	0,488
Insatisfeitos	13,00	69,52		
Massa Corporal (Kg)				
Satisfeitos	44,50	54,51	1374,0	0,008
Insatisfeitos	49,70	73,88		
Estatura (m)				
Satisfeitos	1,54	65,71	1833,0	0,652
Insatisfeitos	1,56	69,00		
IMC (Kg/m <sup>2</sup> )				
Satisfeitos	18,40	53,33	1325,5	0,004
Insatisfeitos	19,80	74,40		
Atividade Física (tempo)				
Satisfeitos	0,39	64,34	1777,0	0,404
Insatisfeitos	0,00	69,60		

## Discussão

Neste estudo, ao avaliar a condição socioeconômica de adolescentes, é possível observar que a maioria sobrevive com uma renda entre 1 a 3 salários mínimos. No país, o nordeste é uma região economicamente pobre, e se deve lembrar que a região cacaueteira está enfrentando uma crise econômica devido à praga da vassoura-de-bruxa, que levou vários fazendeiros à falência e por causa desse acontecimento o índice de desemprego é elevado.

Os níveis de escolaridade da maioria dos pais dos participantes da pesquisa completaram o ensino fundamental, porém a alta taxa de analfabetismo na região ainda é elevada, estando em torno de 26%<sup>7</sup>.

Para o nível de atividade física não foram identificadas diferenças entre ativos e inativos fisicamente. Contudo o número de adolescentes do sexo masculino que praticam atividade física no lazer com maior frequência é maior que o número de adolescentes do sexo feminino. Esses dados são semelhantes aos identificados em escolares da cidade do Rio de Janeiro<sup>8</sup>.

Ao avaliar as prevalências de insatisfação corporal observadas neste estudo, observa-se que os meninos não apresentaram diferenças significativas, mostrando-se ter uma percepção adequada a sua imagem. As meninas apresentaram diferenças de insatisfação com relação ao IMC real e o ideal e com relação ao peso real com o ideal. Nos grandes centros urbanos essa diferença é maior, como exemplo um estudo realizado na cidade de São Paulo, onde ambos os sexos a percepção real de sua condição apresentaram escores elevados de distorção, sendo que a prevalência no sexo feminino foi maior<sup>9</sup>.

No sexo feminino, com o aumento da idade, há a tendência do desejo de perder peso; inversamente, no sexo masculino, essa vontade diminui, prevalecendo o desejo de ganhar peso num porte atlético<sup>10</sup>.

Em geral, o adolescente tem em sua mente um corpo idealizado, e quanto mais este corpo se distanciar do real, maior será a possibilidade de conflito, comprometendo sua auto-estima<sup>11</sup>.

O que chama a atenção é que diferentemente de estudos anteriormente realizados nos municípios de Santo André (SP), Dois Irmãos e Morro Reuter (RS) e na cidade de São Paulo, onde meninos desejam aumentar o peso e meninas diminuir, as meninas Ubaitabenses se mostram em maior quantidade insatisfeitas pela magreza, ou seja, desejam aumentar o peso e conseqüentemente seu IMC. Geralmente o que ocorre é meninas mesmo estando abaixo do peso ideal desejam diminuir-lo ainda mais.

Porém se deve observar que mesmo com o desejo de aumentar o peso corporal, as adolescentes Ubaitabenses escolhem o grupo de silhuetas 1, que corresponde à magreza, devendo existir o desenvolvimento de atividades profiláticas

voltadas para a conscientização da percepção pessoal e social das adolescentes, bem como as pressões a que estão expostas.

## Conclusão

Os escolares em ambos os sexos, não apresentaram diferenças significativas entre silhuetas real e ideal. As silhuetas foram agrupadas em três categorias, onde a primeira categoria foi a mais indicada pelos meninos como as silhuetas real (43,9%) e o segundo agrupamento foi o mais escolhido como silhuetas ideal (42,2%). Já 59,3% das meninas apontaram a primeira categoria como silhuetas real e mantiveram a escolha nas silhuetas ideais (0,3%).

Em relação aos escolares insatisfeitos pela magreza temos 27,6% dos meninos e 48,9% das meninas. Podemos notar que meninas querem mais do que meninos engordar. E 42,3% dos meninos estão insatisfeitos pelo excesso de peso contra 20,7% das meninas.

As variáveis que se mostraram mais capazes de prever a percepção da imagem corporal, no sexo masculino, foram a estatura e IMC, enquanto que nas meninas foram o IMC e massa corporal.

Faz-se necessário que profissionais envolvidos com os adolescentes, principalmente da área de saúde e educação, atentem mais para incentivar os jovens a conhecerem melhor a si mesmo e ao seu corpo e reflitam sobre padrões de beleza associando-os com a saúde e qualidade de vida.

## Referências

1. Kakeshita IS, Almeida SS. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Rev. Saúde Pública.* 2006;40(3):497-504.
2. Damasceno VO, Lima JRP, Vianna JM, Vianna VRÁ, Novaes JS. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Rev Bras Med Esporte.* 2005;11(3):181-6.
3. Kaplan KM, Wadden TA. Childhood obesity and self-esteem. *J Pediatr.* 1986;109(2):367-70.
4. Grant CL, Fodor IG. Adolescent attitudes toward body image and anorexic behavior. *Adolescence.* 1986;21(82):269-81.
5. ANEP. Critério de classificação econômica Brasil. Disponível em: <[http://www.abep.org/codigosguias/ABEP\\_CCEB.pdf](http://www.abep.org/codigosguias/ABEP_CCEB.pdf)>. Acesso em maio de 2008.
6. Stunkard AJ, Sørensen T, Schulsinger F. Use of the Danish Adoption Register for the study of obesity and thinness. *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis.* 1983;60:115-20.
7. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Anuário Estatístico do Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2000.
8. Gomes VB, Siqueira KS, Sichiari R. Atividade física em uma amostra probabilística da população do Município do Rio de Janeiro. *Cad. Saúde Pública.* 2001;17(4):969-76.
9. Branco LM, Hilário MOE, Cintra IP. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Rev. psiquiatr. clín.* 2006;33(6): 292-6.
10. Vilela JEM, Lamounier JA, Dellaretti FMA, Barros Neto JR, Horta GM. Transtornos alimentares em escolares. *J. Pediatr.* 2004;80(1):49-54.
11. Chipkevitch E. O adolescente e o corpo. *Pediatria Moderna.* 1987;22:231-7.