

## **PERFIL NUTRICIONAL E SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE BALÉ CLÁSSICO**

 <https://doi.org/10.56238/arev7n5-426>

**Data de submissão:** 29/04/2025

**Data de publicação:** 29/05/2025

**Marilia Dias Ângelo Ferreira**

Graduanda em Bacharelado em Nutrição pelo Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA)  
Teresina – Piauí, Brasil.  
E-mail: diasmarilia370@gmail.com

**Liejy Agnes dos Santos Raposo Landim**

Mestre em Alimentos e Nutrição (UFPI)  
Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA)  
Teresina – Piauí, Brasil.  
E-mail: liejylandim@unifsa.com.br

**Kamila Layse Bezerra de Araújo**

Mestranda em Ciências Naturais e Biotecnologia pela- Universidade Federal de Campina Grande  
Campus Cuité-PB  
E-mail: kamilalayse18@gmail.com

**Isabelle Narcizo da Silva**

Graduanda em Nutrição pela UNOPAR - UNIVERSIDADE NORTE DO PARANÁ  
Polo de Santo Ângelo – RS  
E-mail: isabelle\_narcizo@outlook.com

**Maria Carolina Cunha Barros**

Especialização em Terapia Intensiva pela residência da Secretaria de Saúde do Distrito Federal  
Brasília - Distrito Federal, Brasil  
E-mail: mccb11@gmail.com

**Ana Aline Mota de Sousa**

Pós-Graduada em Nutrição Clínica pelo Centro Universitário Maurício de Nassau  
Recife - Pernambuco, Brasil  
Email: anaalinemota@gmail.com

**Karina de Menezes Maciel Figueiredo**

Bacharel em nutrição pela Universidade Salvador -UNIFACS  
Feira de Santana - Bahia  
Carinamaciel@hotmail.com

**Jackeline Ferreira Dias**

Graduanda em Nutrição pela Universidade Santa Terezinha - CEST  
São Luís - Maranhão, Brasil  
E-mail: jackelinedias.jfd@gmail.com

**Taynara Figueiredo Costa**

Especialista em Oncologia pela Escola de Saúde Pública do Maranhão - ESPMA

São Luís- Maranhão, Brasil

E-mail: Nutrclinica37@gmail.com

## **RESUMO**

O balé clássico exige habilidade técnica, elevada consciência corporal e uma relação complexa com a própria imagem, além de uma alimentação adequada para sustentar a intensa demanda energética da prática. A pressão estética presente no meio da dança pode impactar tanto a qualidade de vida quanto a percepção da imagem corporal, aumentando o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares. Avaliar o perfil nutricional, a influência dos padrões estéticos e a percepção da imagem corporal em adolescentes praticantes de balé clássico. Trata-se de uma pesquisa descritiva, baseada em frequência absoluta e relativa. Após o Comitê de Ética em Pesquisa ter aprovado a realização do projeto (número do parecer- 7.256.584), foram coletados dados sociodemográficos, antropométricos e aplicados três instrumentos validados: questionário sociodemográfico; o Body Shape Questionnaire (BSQ), para avaliação da satisfação com a imagem corporal; e o Eating Attitudes Test (EAT-26), que investiga comportamentos alimentares de risco, como restrição alimentar, preocupação excessiva com o peso e práticas purgativas. Participaram do estudo adolescentes do sexo feminino, com idades entre 16 e 19 anos, regularmente matriculadas em uma escola de balé do estado do Piauí. Todos os dados foram analisados por meio de estatística descritiva. A maioria das bailarinas era branca (66,66%), com ensino médio incompleto (83,33%) e frequentava escola da rede privada (91,66%). Em relação ao estado nutricional, observou-se predominância de eutrofia (58%), enquanto 75% não apresentaram risco para transtornos alimentares. Contudo, 50% das participantes relataram algum grau de insatisfação corporal. Esses achados evidenciam que, apesar de apresentarem um perfil nutricional adequado, as bailarinas ainda estão expostas a fatores de risco relacionados à pressão estética e à distorção da imagem corporal. É indispensável o acompanhamento nutricional especializado, que ofereça suporte às demandas metabólicas elevadas e auxilie na construção de uma relação saudável com o corpo e a alimentação. A promoção da educação nutricional e a conscientização sobre os riscos dos padrões estéticos impostos são fundamentais para garantir o desenvolvimento saudável e o desempenho adequado dessas adolescentes no contexto do balé clássico.

**Palavras-chave:** Balé. Satisfação Corporal. Adolescentes.

## 1 INTRODUÇÃO

Considerando que o balé é muito praticado pelo público feminino, incluindo meninas mais jovens que necessitam de um aporte maior de energia, é necessário um olhar individualizado. Estima-se que esse tipo de atividade tenha um gasto médio de 312 Kcal por hora, no qual se valoriza um estereótipo magro, podendo - muitas vezes corroborar para um déficit energético, afetando seu estado nutricional (Leal et al., 2013).

Amaral, Pacheco e Navarro (2008) afirma, baseado no artigo sobre as danças e ao ballet clássico, que grande parte dos indivíduos analisados apresentaram consumo energético abaixo do recomendado, além da ingestão insuficiente de minerais e vitaminas. A ingestão inadequada de energia e nutrientes durante o período de crescimento sendo ele de 16 a 19 anos em adolescentes femininas, no entanto, pode resultar em atraso no desenvolvimento puberal e retardado no crescimento (Vitolo, 2009).

A grande mídia veicula imagens de corpos esbeltos acarretando grandes impactos, e um público-alvo desse tipo de disseminações são adolescentes do sexo feminino, provocando uma busca pelo corpo inevitavelmente perfeito com isso tomando decisões sobre sua alimentação restringindo macronutrientes no qual tem uma grande importância para a saúde do corpo e tudo isso sem a procura de um profissional da nutrição. Como resultado, as pessoas ficam cada vez mais distantes da realidade dos seus corpos. Dizem respeito principalmente aos jovens, pois acham que para serem aceitos na sociedade a sua imagem corporal deve atender aos padrões estabelecidos, o que provoca grande insatisfação com o seu corpo e mudanças na percepção da sua imagem (Conti; Frutuoso; Gambardella, 2005).

A restrição da quantidade de energia fornecida aos seus sistemas musculares, também pode levar à diminuição da capacidade de desempenho e aumentar o risco de lesões. Além disso, isso também pode resultar na falha em fornecer a nutrição necessária para o exercício após ensaios, sabendo que para as praticantes de balé é necessário, para otimizar a recuperação depois do treino (Moore, 2023).

Diante do exposto, este trabalho tem como objetivo avaliar o perfil nutricional e a satisfação da imagem corporal juntamente com a qualidade de vida das adolescentes do sexo feminino praticantes de balé, procurando oferecer os dados nutricionais, antropométricos das praticantes e sua correlação.

O balé clássico é uma atividade que demanda não apenas habilidade técnica, mas também uma forte consciência corporal e uma relação complexa com a imagem corporal

A alimentação adequada é essencial para sustentar o alto nível de energia exigido pela prática do balé, enquanto a qualidade de vida e a satisfação com a imagem corporal podem ser influenciadas

pela pressão estética e física inerente ao mundo da dança. Investigar o perfil nutricional desses adolescentes pode fornecer informações valiosas sobre como promover uma alimentação saudável e prevenir transtornos alimentares.

## 2 METODOLOGIA

Essa pesquisa de campo caracteriza-se como um estudo descritivo, com análise de frequências absolutas e relativas. A pesquisa foi realizada em uma escola particular de balé situada na zona urbana de Teresina-PI, no mês de novembro de 2024. Participaram voluntariamente adolescentes praticantes de balé, que contribuíram para o desenvolvimento do estudo. Foram estabelecidos alguns critérios para a seleção das participantes: adolescentes do sexo feminino, com idade entre 16 e 19 anos, residentes no estado do Piauí, regularmente matriculadas na instituição onde a pesquisa foi aplicada, e que concordaram em participar mediante a assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE).

Com a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (parecer nº 7.256.584), as participantes voluntárias tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e ao Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). No caso das menores de idade, o consentimento para participação na pesquisa foi fornecido pelos responsáveis legais, por meio da assinatura do TCLE. Após essa etapa, as voluntárias responderam a um questionário impresso. Todos os dados coletados foram tratados com confidencialidade, garantindo o anonimato das participantes e impossibilitando sua identificação.

Inicialmente, foi aplicado um questionário impresso com o objetivo de coletar informações sociodemográficas, incluindo dados como nome, idade, nível de escolaridade, etnia, entre outros. Para avaliar o padrão de consumo alimentar das voluntárias, utilizou-se o instrumento EAT-26 (Eating Attitudes Test – Teste de Atitudes Alimentares), um questionário de autoaplicação composto por 26 itens. Esse instrumento visa identificar comportamentos como recusa alimentar, práticas purgativas, preocupação excessiva com a imagem corporal, influência do ambiente nas escolhas alimentares e o grau de autocontrole relacionado à alimentação. O EAT-26 oferece seis alternativas de resposta, com pontuações que variam de 0 a 3 (sendo “sempre” = 3; “muitas vezes” = 2; “às vezes” = 1; e “poucas vezes”, “nunca” ou “quase nunca” = 0). A exceção é a questão 25, cuja pontuação segue lógica inversa: “sempre”, “muitas vezes” e “às vezes” recebem 0 pontos; “poucas vezes” vale 1 ponto; “quase nunca”, 2 pontos; e “nunca”, 3 pontos.

Para que um indivíduo seja classificado como em risco para transtornos alimentares, é necessário que sua pontuação no questionário seja igual ou superior a 21 pontos. (Fortes; Ferreira, 2011; Alvarenga; Scagliusi; Philippi, 2011).

O Eating Attitudes Test (EAT), ou Teste de Atitudes Alimentares, foi desenvolvido por Garner e Garfinkel em 1979 e é atualmente um dos instrumentos psicométricos mais utilizados em estudos sobre Anorexia Nervosa. Seu principal objetivo é avaliar, de forma rápida e eficiente, sintomas relacionados a transtornos alimentares, contribuindo para um diagnóstico precoce e para o início oportuno do tratamento, o que pode evitar o agravamento do quadro clínico. A versão original do teste continha 40 itens, mas posteriormente foi elaborada uma versão reduzida, denominada EAT-26, composta por 26 perguntas, mantendo as propriedades clínicas e psicométricas válidas tanto para indivíduos da população geral quanto para pacientes. Nessa versão abreviada, adotou-se um ponto de corte de 21 pontos para identificar risco de transtornos alimentares.

O EAT-26 é dividido em três escalas específicas: a Escala da Dieta (itens 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24 e 25), que avalia a recusa patológica de alimentos calóricos e a preocupação excessiva com a forma física; a Escala de Bulimia e Preocupação com os Alimentos (itens 3, 4, 9, 18, 21 e 26), que investiga episódios de compulsão alimentar seguidos de comportamentos compensatórios, como o vômito, com o intuito de evitar o ganho de peso; e a Escala de Controle Oral (itens 2, 5, 8, 13, 15, 19 e 20), que mede o nível de controle exercido sobre a ingestão alimentar e a consciência quanto às influências ambientais sobre os hábitos alimentares (Almeida et al., 2016).

Além do EAT-26, também foi utilizado o Body Shape Questionnaire (BSQ) – Questionário de Imagem Corporal – composto por 34 itens com respostas variando de 1 (nunca) a 6 (sempre). Esse instrumento avalia a percepção da imagem e do peso corporal atual dos participantes. A pontuação obtida é interpretada da seguinte forma: valores inferiores a 80 indicam ausência de insatisfação corporal; entre 80 e 110, insatisfação leve; entre 110 e 140, insatisfação moderada; e acima de 140 pontos, insatisfação corporal grave. Para fins de análise, somaram-se os escores individuais, sendo os mais altos indicativos de algum grau de insatisfação com a própria imagem corporal (Cordás; Castilho, 2014; Fortes; Almeida; Ferreira, 2013).

De acordo com Cordás e Neves (1999), o Body Shape Questionnaire (BSQ) permite identificar aspectos específicos da percepção da imagem corporal, distinguindo entre a precisão na estimativa do tamanho corporal e os sentimentos relacionados ao corpo, como insatisfação ou desvalorização da aparência física. O instrumento é composto por 34 perguntas, cada uma com seis opções de resposta: 1 – nunca, 2 – raramente, 3 – às vezes, 4 – frequentemente, 5 – muito frequentemente e 6 – sempre. Cada resposta corresponde a uma pontuação que varia de 1 a 6, conforme a opção escolhida (por

exemplo, "nunca" equivale a 1 ponto). A soma total das respostas gera um escore individual, utilizado para classificar o nível de preocupação do participante com sua imagem corporal, conforme o total acumulado.

A avaliação do perfil antropométrico das bailarinas, foram avaliados através do peso e estatura para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), classificado segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), porém, como o IMC não distingue a massa de gordura da massa magra, também foi calculado o percentual de massa magra (%MM) e o percentual de massa gorda (%MG), a partir das dobras cutâneas. Sendo a prega tricipital (PCT) e prega subescapular (PCSE).

Neste estudo, os dados obtidos foram analisados por meio de estatística descritiva. As informações referentes ao consumo alimentar e à insatisfação corporal foram expressas em frequência relativa (%) e frequência absoluta (n), conforme os níveis de satisfação corporal ou os graus de risco associados ao comportamento alimentar. Além disso, os resultados relacionados ao Índice de Massa Corporal (IMC) e às dobras cutâneas das participantes também foram classificados e apresentados em termos de frequência relativa (%), com base na prevalência dos respectivos diagnósticos.

### 3 RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com adolescentes do sexo feminino praticantes de balé, todas regularmente matriculadas na escola selecionada para o estudo. Estabeleceu-se como critério de inclusão a faixa etária de 16 a 19 anos.

Na Tabela 01, estão dispostos os dados socioeconômicos das participantes, analisados por meio de frequência relativa (%) e frequência absoluta (n). Observou-se que a maioria das voluntárias se identificaram com a etnia branca, correspondendo a 66,66% da amostra. Em relação ao nível de escolaridade, 83,33% das adolescentes declararam estar cursando o ensino médio, sem tê-lo concluído. Quanto à instituição de ensino frequentada, a predominância foi da rede privada, representando 91,66% das participantes. A análise também revelou que o número mais comum de moradores por residência foi de quatro pessoas, com uma frequência de 41,66% (n = 4). Além disso, 58,33% das voluntárias relataram assistir televisão com frequência. Em relação ao uso da internet, verificou-se que todas as participantes acessam esse recurso, totalizando 100%.

Tabela 01: Análise de dados Sociodemográficos das participantes da Pesquisa, Teresina- PI. 2025.

| Variáveis<br>Etnia  | n (12) | %     |
|---------------------|--------|-------|
| Branco              | 8      | 66,66 |
| Pardo               | 4      | 33,33 |
| Negro               | 0      | 0     |
| <b>Escolaridade</b> |        |       |

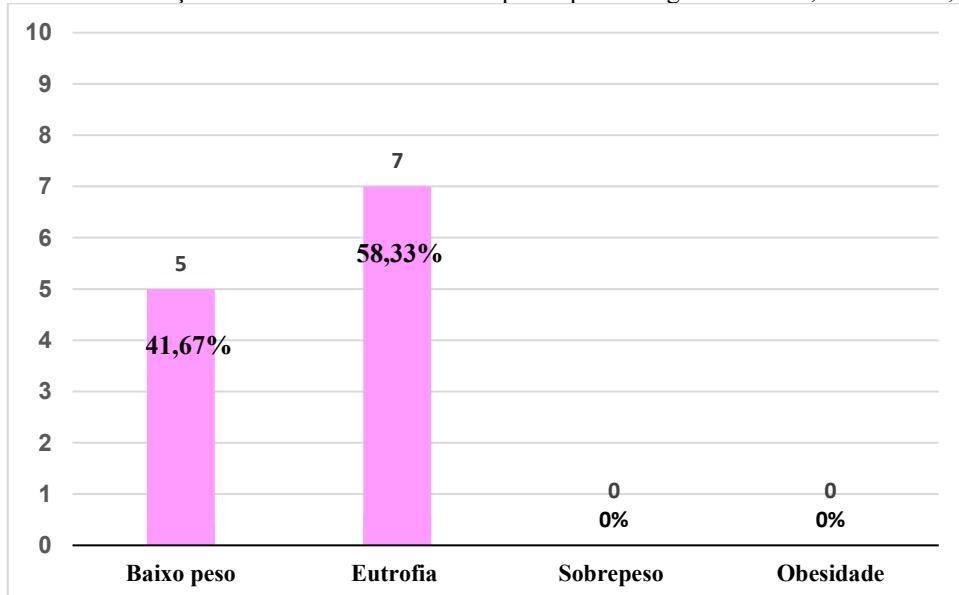
|                                   |    |       |
|-----------------------------------|----|-------|
| Médio incompleto                  | 10 | 83,33 |
| Médio completo                    | 2  | 16,66 |
| <b>Série/ Ano</b>                 |    |       |
| 1º ao 3º ano (médio)              | 10 | 83,33 |
| Outros                            | 2  | 16,66 |
| <b>Escola:</b>                    |    |       |
| Privada                           | 11 | 91,66 |
| Pública                           | 1  | 16,33 |
| <b>N de pessoas moram na casa</b> |    |       |
| 2                                 | 1  | 8,33  |
| 3                                 | 3  | 25    |

Fonte: Elaboração própria

Legenda: % frequência relativa, (n) absoluta.

Conforme apresentado no Gráfico 1, os diagnósticos nutricionais das participantes foram distribuídos da seguinte forma: 41% (n = 5) foram classificadas com baixo peso; 58% (n = 7) apresentaram eutrofia; e nenhuma das voluntárias foi classificada com sobrepeso ou obesidade grau I (n = 0; 0%). Ressalta-se que a média do Índice de Massa Corporal (IMC) das 12 bailarinas avaliadas foi de 19,03 kg/m<sup>2</sup>, o que indica, de forma geral, um estado nutricional adequado, com predominância do diagnóstico de eutrofia entre as participantes.

Gráfico 1: Classificação do Estado Nutricional das participantes segundo o IMC, Teresina-Pi, 2025.



Fonte: Elaboração própria

Legenda: % frequência relativa, (n) absoluta.

A tabela 2 demonstra os resultados da avaliação antropométrica que foi realizada em 12 bailarinas. Relacionando a variável E/I observou-se que foi unânime 100% (n=12) das adolescentes estavam com a estatura adequada para idade. Sobre o IMC/I, a classificação da eutrofia foi comum no total de 100% (n=12) das bailarinas, nenhuma indicaram risco de sobrepeso e obesidade.

Tabela 2: Classificação dos índices antropométricos das adolescentes de 16 a 19 anos de acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (2009), Teresina-Pi, 2025.

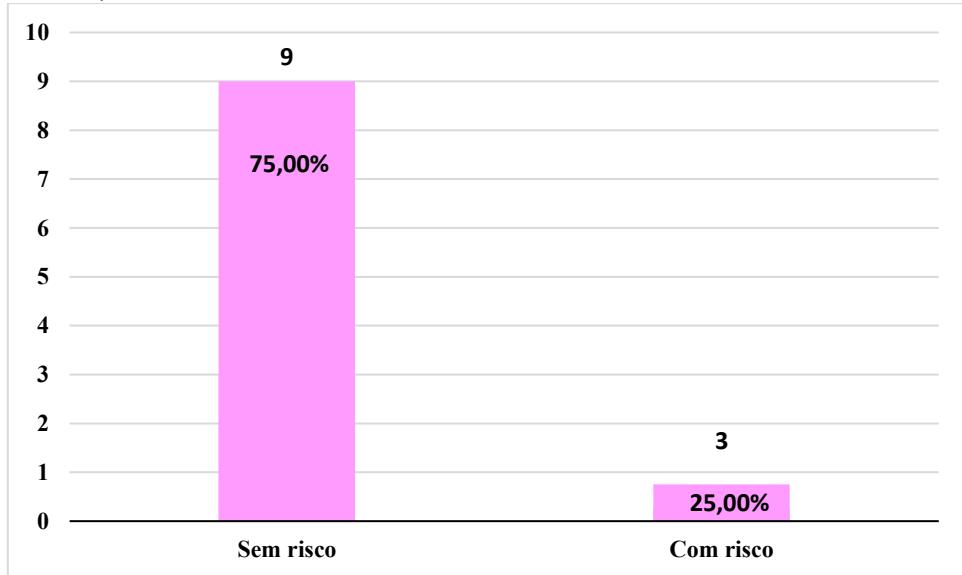
| <b>Índice antropométrico</b> | <b>Classificação</b>              | <b>n</b> | <b>%</b> |
|------------------------------|-----------------------------------|----------|----------|
| IMC/Idade (n=12)             | Magreza acentuada                 | 0        | 0,0%     |
|                              | Magreza                           | 0        | 0,0%     |
|                              | Eutrofia                          | 12       | 100%     |
|                              | Sobrepeso                         | 0        | 0,0%     |
|                              | Obesidade Obesidade grave         | 0        | 0,0%     |
|                              |                                   | 0        | 0,0%     |
| Estatura/Idade (n=12)        | Muito baixa estatura para a idade | 0        | 0,0%     |
|                              | Baixa estatura paraa idade        | 0        | 100%     |
|                              | Estatura adequada para a idade    | 12       | 0,0%     |
|                              | Risco de sobre peso               | 0        | 0,0%     |
|                              | Sobrepeso                         | 0        | 0,0%     |
|                              | Obesidade                         | 0        | 0,0%     |

Fonte: Elaboração própria.

Legenda: % frequência relativa, (n) absoluta.

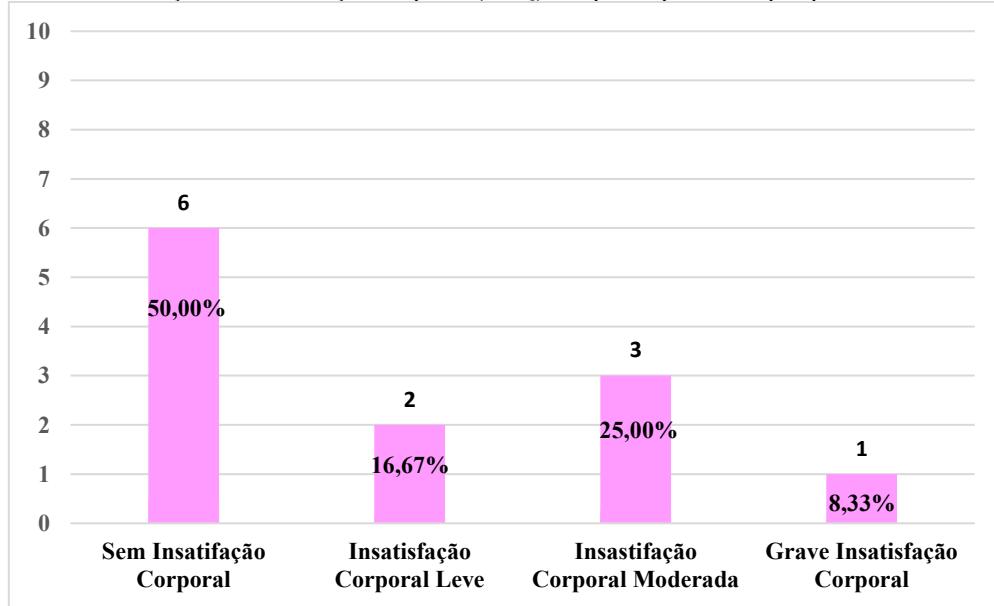
No Gráfico 2, observou-se que a maioria das participantes ( $n = 9$ ) 75% não apresentou risco para transtornos alimentares. Em contrapartida, três voluntárias ( $n = 3$ ) 25% foram classificadas como estando em risco para o desenvolvimento desses transtornos.

Gráfico 2: Resultado do Teste de Atitudes Alimentares (EAT) para Risco de Transtorno Alimentar entre as participantes da pesquisa, Teresina-PI, 2025.



Fonte: Elaboração própria. Legenda: % frequência relativa, (n) absoluta.

Gráfico 3: Determinação da insatisfação corporal (BSQ) das participantes da pesquisa, Teresina-Pi, 2025.



Fonte: Elaboração própria. Legenda: % frequência relativa, (n) absoluta.

Os resultados indicaram uma predominância de bailarinas sem insatisfação corporal, totalizando 50% das participantes ( $n = 6$ ). Em relação aos demais níveis, 16% ( $n = 2$ ) apresentaram insatisfação corporal leve, enquanto 25% ( $n = 3$ ) foram classificadas com insatisfação moderada. O menor percentual foi observado para a insatisfação corporal grave, identificada em apenas uma participante ( $n = 1$ ), correspondendo a 8% da amostra.

#### 4 DISCUSSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo avaliar a satisfação corporal, o consumo alimentar e os dados antropométricos de bailarinas adolescentes, com o intuito de identificar possíveis graus de insatisfação com a imagem corporal e compreender seus padrões alimentares.

O corpo é o instrumento mais importante na apresentação desta arte, pois as bailarinas tendem a ser magras, cumprindo os padrões estéticos exigidos pela sociedade. Vale considerar que esta categoria requer movimentos precisos e brilhantes, o que leva a uma demanda por corpos esculpidos, e uma forma de chegar nesse propósito tão almejado entre essas adolescentes bailarinas é se restringir de alguns alimentos calóricos que de alguma forma não trariam resultados positivos (Kassing, 2016).

A insatisfação corporal apresenta alta prevalência na população brasileira, sendo especialmente comum entre mulheres, adolescentes e indivíduos inseridos em contextos onde a magreza é valorizada e considerada essencial (Moraes et al., 2016; Rutzstein et al., 2010). Nesse sentido, bailarinas clássicas frequentemente se enquadram em grupos de risco, uma vez que buscam atingir um padrão corporal idealizado para melhor desempenho na dança, o que pode contribuir significativamente para o surgimento de insatisfação com a imagem corporal e hábitos alimentares inadequados. (Diogo; Ribas; Skare, 2016).

Com base nos dados apresentados na Tabela 1, identificou-se que a maioria das participantes se autodeclarou da etnia branca. Em relação à escolaridade, observou-se que a maior parte das bailarinas estava cursando o ensino médio, sem tê-lo concluído. Quanto à instituição de ensino frequentada, constatou-se que 91,66% das voluntárias eram alunas de escolas da rede privada. Alves et al. (2008) verificaram, em um estudo com adolescentes do sexo feminino, oriundas de instituições públicas e privadas e com idades entre 10 e 19 anos, que os escores do BSQ apresentaram médias de 80,24 e 32,13 pontos, respectivamente, evidenciando a influência de fatores como faixa etária, excesso de peso, obesidade e tipo de escola sobre a percepção corporal. Na presente investigação, observou-se que as bailarinas provenientes da rede privada de ensino — ambiente em que se pressupõe maior acesso à informação e apoio educacional — apresentaram melhores resultados quanto ao Índice de Massa Corporal (IMC), níveis de satisfação com a imagem corporal e risco alimentar. Esses fatores podem ter contribuído para a ausência de resultados alarmantes relacionados a distorções da autoimagem e padrões alimentares inadequados.

Além disso, verificou-se entre as participantes uma influência significativa da televisão e da internet sobre a percepção da própria imagem corporal. Estudo realizado por Conti, Betolin e Peres (2010) revelou que 64% da população investigada demonstrou ser influenciada pelos meios de comunicação, frequentemente de maneira negativa. Corroborando essa perspectiva, Frois, Moreira e

Stengel (2011) destacam que a mídia desempenha papel central na construção da imagem corporal, promovendo constantemente, por meio de canais como a televisão e a internet, um padrão estético idealizado. Da mesma forma, Lira et al. (2017), ao investigarem adolescentes do sexo feminino em São Paulo, observaram que o uso mais frequente das redes sociais estava associado a uma maior propensão ao desenvolvimento de insatisfação corporal.

O índice de massa corporal (IMC) das bailarinas participantes da pesquisa, na maioria dos casos, revelou-se dentro da faixa de eutrofia, com média de 19,03 kg/m<sup>2</sup>, o que indica um estado nutricional saudável, conforme apresentado no Gráfico 1. Foram obtidos resultados de sete participantes com eutrofia e cinco com baixo peso. Nenhuma das bailarinas foi classificada com sobrepeso ou obesidade. Quanto ao percentual de gordura corporal, todas as bailarinas estavam dentro da faixa considerada de bom a excelente, demonstrando baixo percentual de gordura corporal.

Entretanto, para que se obtenham diagnósticos mais precisos em casos de possíveis transtornos alimentares, é essencial considerar outros parâmetros além do Índice de Massa Corporal (IMC) ao avaliar o estado nutricional dos indivíduos. Um estudo realizado na Alemanha comparou o perfil antropométrico de adolescentes praticantes de balé e estudantes da mesma faixa etária. Os resultados mostraram que o IMC médio das bailarinas foi de 16,9 kg/m<sup>2</sup>, enquanto o das estudantes foi de 19,9 kg/m<sup>2</sup>. Nenhuma das bailarinas apresentou sobrepeso, mas 32% foram classificadas com baixo peso. No grupo das estudantes, apenas 2% apresentaram baixo peso, e 5% estavam acima do peso, com um IMC médio de 21,1 kg/m<sup>2</sup>.

Em pesquisas voltadas à percepção da imagem corporal, o IMC tem sido amplamente utilizado como um indicador do estado nutricional, por estar associado a fatores que influenciam diretamente a forma como o indivíduo se comporta e se relaciona com seu próprio peso corporal. Dessa forma, pode-se afirmar que o estado nutricional de uma pessoa reflete o nível de adequação entre suas necessidades fisiológicas e nutricionais e o atendimento efetivo dessas demandas. Ressalta-se que a avaliação nutricional deve ser realizada de forma frequente e inserida no contexto da atenção primária à saúde, com o intuito de prevenir o agravamento de doenças e o aumento de peso (Kakeshita; Almeida, 2006).

A tabela 2 expressa os dados relacionados à avaliação antropométrica, em relação ao IMC/I, foi constatado unanimidade de 100% (n=12) apresentaram eutrofia. Um estudo realizado com 27 meninas praticantes de balé clássico de uma escola de dança de Londrina-PR, mostrou resultados semelhantes no quesito mais da maioria ter diagnóstico de eutrofia, onde 78 % (n=20) das bailarinas foram classificadas com eutrofia, em contrapartida 15% (n=4) e 7% (n=2) estavam, respectivamente, na faixa de sobrepeso e obesidade (Morelli, Santos, 2018). Sobre a E/I, todas se encontravam com estatura adequada para a idade.

Resultados distintos foram observados em um estudo com 28 adolescentes de 14 a 18 anos, praticantes de balé, no qual 96,4% apresentaram estatura adequada para a idade e 3,6% foram classificadas com baixa estatura (Vargas, Bernardi, Gallon, 2012).

A partir dos dados obtidos no Gráfico 2, observou-se que a maioria das participantes (75%) não apresentou indícios de risco para transtornos alimentares, enquanto 25% da amostra demonstrou algum grau de risco relacionado ao comportamento alimentar. Essas informações foram obtidas com base na aplicação do questionário EAT-26. Em estudo realizado por Costa et al. (2007), foi identificado que bailarinas apresentam maior suscetibilidade ao desenvolvimento de transtornos alimentares, quando comparadas a indivíduos que não praticam atividades de dança.

Segundo Alvarenga (2011), o corpo passou a ser visto como objeto de consumo, sendo a magreza amplamente associada a um ideal estético valorizado socialmente. Essa valorização pode levar o indivíduo a construir uma percepção distorcida da própria imagem corporal, muitas vezes divergente da realidade, contribuindo para o surgimento de transtornos alimentares.

No que diz respeito aos resultados obtidos por meio do BSQ (Body Shape Questionnaire), ilustrados no Gráfico 3, verificou-se que, entre as 12 participantes da pesquisa, seis não apresentaram sinais de insatisfação com a própria imagem corporal — categoria mais frequente. Outras duas relataram insatisfação leve, três apresentaram insatisfação moderada e uma voluntária foi classificada com grau grave de insatisfação. Um estudo desenvolvido por Vargas, Bernardi e Gallon (2011), com 28 bailarinas entre 14 e 18 anos, identificou que 65,3% delas expressavam algum nível de insatisfação corporal, sendo 51% insatisfeitas com o excesso de peso e 14,3% com a magreza. De forma semelhante, a pesquisa de Hass, Garcia e Bertoletti (2010) analisou a satisfação corporal entre bailarinas de balé clássico e jazz dance, evidenciando presença de distorção da imagem corporal e algum nível de insatisfação em ambas as modalidades, sem diferenças estatisticamente significativas entre elas.

Diversas pesquisas epidemiológicas apontam que mulheres, cada vez mais jovens, têm apresentado maior tendência ao desenvolvimento de uma percepção distorcida do próprio corpo. Em consonância com essa perspectiva, os dados deste estudo também indicam que bailarinas utilizam seu corpo como instrumento essencial na execução do balé clássico — uma prática que exige movimentos delicados, precisão técnica e expressividade. Essa exigência estética pode contribuir para o surgimento de distúrbios alimentares e alterações na percepção da imagem corporal, uma vez que o corpo se torna o principal meio de comunicação e expressão na modalidade. (Amaral, 2009; Laus; Moreira; Costa, 2009;).

Fulco et al., (2016), destacam que os jovens são especialmente vulneráveis quando se trata de alimentação. Isso se deve a suas maiores necessidades nutricionais e à influência de fatores externos, como amizades, ambiente familiar, normas sociais e aceitação em determinado grupo. Para adolescentes, “bem-estar” pode significar “até que ponto os seus desejos e vontades correspondem ao que realmente está a acontecer”. Também reflete a sua perspectiva, tanto sua como dos outros e é muito suscetível às mudanças, aos acontecimentos cotidianos e ao impacto dos problemas crônicos (Hinds, 1990).

Atualmente, o balé clássico é classificado como esporte, difundido em todo o mundo. É conhecido por promover o controle de peso e superestimar a estética. Este estilo de dança é praticado por crianças e jovens, na sua maioria mulheres, e por isso deve ser desenvolvida de forma responsável, considerando que a puberdade é uma fase de importantes mudanças corporais (Amaral et al., 2008; Dourado et al., 2012).

Os achados deste estudo indicaram um panorama favorável quanto ao estado nutricional das participantes. A análise antropométrica evidenciou uma predominância de eutrofia, com parâmetros compatíveis com as faixas etárias das adolescentes avaliadas. Além disso, foi identificado um baixo índice de risco para transtornos alimentares, conforme exposto no Gráfico 2, e a maioria das bailarinas demonstrou ausência ou apenas níveis leves de insatisfação corporal, conforme os dados apresentados no Gráfico 3. Esses resultados são consistentes com outros estudos previamente discutidos, especialmente aqueles com amostragens reduzidas.

Contudo, a literatura científica aponta a existência de padrões alimentares inadequados e níveis elevados de insatisfação corporal entre bailarinas, o que revela a pressão exercida pela busca por um corpo magro, de acordo com os ideais estéticos socialmente impostos. Esse fator se intensifica em contextos onde o corpo é o principal instrumento de expressão artística, como no balé, que exige leveza, precisão e domínio técnico.

É importante destacar que esse cenário muitas vezes é marcado por exigências estéticas rigorosas, o que pode comprometer a saúde física e emocional das bailarinas. Nesse sentido, torna-se essencial o desenvolvimento de estudos com maior abrangência e duração, que possibilitem um acompanhamento contínuo dessas adolescentes. A adoção de abordagens interdisciplinares contribuirá para diagnósticos mais precisos e intervenções eficazes, favorecendo a manutenção da saúde geral e do estado nutricional das bailarinas, além de promover um desempenho mais equilibrado na prática do balé clássico.

## 5 CONCLUSÃO

O estudo mostrou que as bailarinas adolescentes avaliadas apresentaram, em sua maioria, um estado nutricional adequado, com peso e estatura compatíveis com a idade. Isso indica que, fisicamente, estão dentro dos padrões esperados para a prática do balé clássico.

No entanto, mesmo com indicadores físicos dentro da normalidade, foram observados indícios de insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares em parte das bailarinas. Esses sinais refletem a pressão estética presente no meio da dança, onde a magreza é frequentemente valorizada. A influência da mídia e das redes sociais também se mostrou relevante, podendo afetar a percepção que essas jovens têm de seus próprios corpos.

Dessa forma, torna-se fundamental o acompanhamento contínuo dessas bailarinas por profissionais especializados, promovendo ações de educação nutricional e apoio psicológico. O objetivo deve ser garantir o bem-estar físico e emocional das adolescentes, prevenindo problemas futuros e contribuindo para uma vivência mais saudável e equilibrada no ambiente do balé clássico.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. C. de; PIOLOGO, L. F.; BARBOSA, L. G.; NETO, J. G. de O. Triagem de transtornos alimentares em estudantes universitários na área da saúde. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, v. 20, n. 3, p. 230-243, 2016. Acesso em: 20 out. 2024.
- ALVARENGA, M. S.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. *Revista do Arquivo de Clínica Psiquiatria (Impr.)*, v. 38, n. 3-7, p. 4, 2011.
- AMARAL, R. K. S.; PACHECO, R. C.; NAVARRO, F. Perfil nutricional e antropométrico de praticantes de ballet. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo, v. 2, n. 7, p. 37-45, 2008.
- AMARAL, S.; PACHECO, C.; NAVARRO, F. Perfil nutricional e antropométrico de praticantes de ballet. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 2, n. 7, p. 37-45, 2008.
- ASSUMPÇÃO JUNIOR, F. B.; KUCZYNSKI, E.; SPROVIERI, M. H.; ARANHA, E. M. Escala de avaliação de qualidade de vida: (AUQEIAutoquestionnaire Qualité de Vie Enfant Imagé) validade e confiabilidade de uma escala para qualidade de vida em crianças de 4 a 12 anos. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, v. 58, n. 1, p. 119-127, 2000.
- BOCCALETTO, E. M. A.; MENDES, R. T.; VILARTA, R. Diagnóstico da alimentação saudável e atividade física em escolas municipais de Artur Nogueira-SP. *Ipes*, Campinas, v. 1, 2010. 102 p.
- CONTI, M. A.; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Revista de Nutrição*, v. 37, n. 18, p. 492-493, 2005.
- DOURADO, S. S. B. S. B. et al. Perfil nutricional de adolescentes praticantes de balé clássico do município de Guarapuava/Paraná. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, São Paulo, v. 6, n. 35, p. 398-406, 2012.
- FORTES, L. S.; ALMEIDA, S. S.; FERREIRA, M. E. C. Indicadores antropométricos de insatisfação corporal e de comportamentos alimentares inadequados em jovens atletas. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 35-39, jan./fev. 2013. Acesso em: 20 out. 2024.
- FORTES, L. S.; FERREIRA, M. E. C. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em atletas adolescentes de diferentes modalidades esportivas. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 25, n. 4, p. 707-716, out./dez. 2011. Acesso em: 20 out. 2024.
- FRISANCHO, A. R. *Anthropometric Standards for the assessment of growth and nutritional status*. Ann Arbor: University of Michigan Press, 1990.
- FROIS, E.; MOREIRA, J.; STENGEL, M. Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 16, n. 1, p. 71-77, 2011. Acesso em: 20 out. 2024.
- FULCO, M. V. F. A. et al. Comportamento alimentar e seu reflexo sobre o estado nutricional de adolescentes de uma escola pública. *Revista Adolescência e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 86-94, 2016.

HAAS, A. N.; GARCIA, A. C. D.; BERTOLETTI, J. Imagem corporal e bailarinas profissionais. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 16, n. 3, 2010.

HINDS, P. Quality of life in children and adolescents with cancer. Seminários em Enfermagem Oncológica, v. 6, p. 285-291, 1990. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520451595/>. Acesso em: 24 abr. 2024.

KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S. S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da autoimagem em universitários. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 40, n. 3, 2006. Acesso em: 22 nov. 2024.

KASSING, G. Ballet: fundamentos e técnicas. 1. ed. Barueri, SP: Manole, 2016.

LAUS, M. F.; MOREIRA, R. C. M.; COSTA, T. M. B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul, v. 31, n. 3, p. 192-196, 2009. Acesso em: 26 out. 2024.

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, Rio de Janeiro, v. 66, n. 3, p. 164-171, 2017. Acesso em: 22 nov. 2024.

MORAES, J. M. M. et al. Fatores associados à insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. Revista de Pesquisa em Saúde, São Luís, v. 17, n. 2, p. 106-111, maio/ago. 2016. Acesso em: 16 nov. 2024.

RUTSZTEIN, G. et al. Transtornos alimentarios em mujeres adolescentes: um estudio comparativo entre pacientes, estudiantes de danza y estudiantes de escuelas medias. Revista Colombiana de Psiquiatría, Bogotá, v. 39, n. 2, p. 329-346, 2010. Acesso em: 16 nov. 2024.

SISVAN. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. Vigilância alimentar e nutricional - SISVAN: orientação básica para a coleta, o processamento, a análise de dados e a informação em serviços de saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2004.

VARGAS, J. G.; BERNARDI, J. R.; GALLON, C. W. Perfil nutricional e autopercepção corporal de bailarinas adolescentes. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo, v. 5, n. 29, p. 425-433, 2011. Acesso em: 16 nov. 2024.

VITOLO, M. R. Nutrição: da gestação ao envelhecimento. 2. ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2015. Acesso em: 07 nov. 2024.