

**IMAGEM CORPORAL, SENTIMENTO E ATITUDE DE ADOLESCENTES DE
CIDADES RURAIS – O QUE O DISCURSO REVELA**

**BODY IMAGE, FEELING AND ATTITUDE OF ADOLESCENTS RURAL TOWNS - WHAT
THE SPEECH REVEALS**

Valter Paulo Neves Miranda

Doutor em Ciência da Nutrição
Pós-doutorado em Saúde Coletiva
Instituição: Instituto Federal Goiano
(IF-Goiano)

E-mail: valter.miranda@ifgoiano.edu.br
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2037-0573>
LATTES: <https://lattes.cnpq.br/2507870178829886>

Naruna Pereira Rocha

Doutora em Ciência da Nutrição
Instituição: Unidade de Nutrição Clínica do Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia
(HC-UFU)

E-mail: naruna.rocha@ebserh.gov.br
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7513-3906>
LATTES: <http://lattes.cnpq.br/1643840964050668>

Isabella Toledo Caetano

Doutora em Educação Física
Instituição: Universidade Federal de Viçosa (UFV)
E-mail: isabella.caetano@ufv.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4805-0472>
LATTES: <http://lattes.cnpq.br/0793710547772027>

Bruna Priscila Colombo

Mestranda em Saúde da Família
Instituição: Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ)
E-mail: dra.brunacolombo@gmail.com

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/2612052702993701>

Bruno Pereira de Moura

Doutor em Ciências Médicas
Instituição: Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)
Endereço: Avenida Marechal Rondon, 381, São Francisco Xavier, Rio de
Janeiro – RJ, CEP: 20950-000

E-mail: brunoefi@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8439-4523>
LATTES: <http://lattes.cnpq.br/0084002564378122>

Paula Costa Teixeira

Doutora em Neurociência

Instituição: Ambulatório de Tratamento dos Transtornos Alimentares (AMBULIM) do Instituto de Psiquiatria do Hospital de Clínicas da Universidade de São Paulo.

E-mail: paulapct@usp.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5988-5358>LATTES: <http://lattes.cnpq.br/2750576428713928>**Larissa Quintão Guilherme**

Doutoranda em Educação Física

Instituição: Universidade Federal de Viçosa (UFV)

E-mail: larissa.guilherme@ufv.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3620-6751>LATTES: <http://lattes.cnpq.br/2014056040579843>**Maria Elisa Caputo Ferreira**

Doutora e Pós-doutora em Educação/Educação Especial

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Educação Física e Desportos, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

E-mail: caputoferreira@terra.com.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3294-7560>LATTES: <http://lattes.cnpq.br/5946302960721307>

RESUMO: O objetivo do estudo foi avaliar qualitativamente o sentimento e as atitudes relacionadas a imagem corporal de adolescentes de cidades rurais. Participaram 49 adolescentes de 15 a 19 anos. Utilizou-se uma entrevista semidirigida, avaliada pela técnica de análise de conteúdo, sendo criados dois grupos de categorização: grau de satisfação com a imagem corporal e atitudes para modificação corporal. Peso e estatura foram coletados para o cálculo do índice de massa corporal. Observou-se que 22 adolescentes (44,9%) relataram insatisfação corporal, presentes nos discursos relacionados à gordura, peso e aumento da barriga. Atividade física e cuidados com alimentação foram medidas mais usadas para alcançar satisfação corporal. Mais estudos qualitativos são necessários para o conhecimento dos fatores relacionados à insatisfação corporal dos adolescentes.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Adolescentes. Análise de Conteúdo. Saúde Coletiva.

ABSTRACT: To qualitatively assess the feelings and attitudes related to body image of adolescents from rural areas. A total of 49 adolescents aged between 15-19 years participated in the study. It was used semistructured interview assessed by means of content analysis, two groups of categorizations being created: satisfaction with body image and attitudes to body modification. Weight and height were measured to calculate the body mass index. In 22 adolescents (44.9%) body dissatisfaction was reported, presenting in discourses related to fat, weight and increased belly. Physical activity and nutrition were measures chosen to achieve greater body satisfaction. More qualitative studies are needed to determine the factors related to body dissatisfaction among adolescents.

Keywords: Body Image. Adolescents. Content Analysis. Public health.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2005) a adolescência é a fase do desenvolvimento compreendida entre 10 e 19 anos, uma etapa evolutiva peculiar do ser humano, definida de forma heterogênea, podendo ter várias possibilidades interpretativas. Estudiosos do tema relatam que essa passagem para a fase adulta é um tempo de mudanças e ajustamento das capacidades no âmbito produtivo e reprodutivo do ser humano que envolve aspectos biológicos, psicológicos, sociais ou culturais de forma indissociável (Nesi *et al.*, 2024; McCabe; Ricciardelli, 2004; Van Den Berg *et al.*, 2007).

Pesquisadores destacam que a adolescência é a fase mais significativa para a organização da imagem corporal, na qual o adolescente vai conquistando e consolidando a formação de sua personalidade (Matos *et al.*, 2022; Conti, 2008). Esta, por sua vez, pode ser definida como a percepção que uma pessoa tem do tamanho e da forma de seu corpo, juntamente com os sentimentos que esta representação pode ocasionar (Slide, 1994). A insatisfação corporal é um dos componentes da imagem corporal mais estudado, sendo caracterizado por um sentimento negativo em relação ao corpo (Araújo; Candino; Lima, 2024). Durante a fase da adolescência, o período da puberdade pode ser uma etapa na qual ocorre maior insatisfação corporal devido às intensas alterações físicas decorrentes das alterações sofridas neste período (Miranda *et al.*, 2020; Martins *et al.*, 2010; Alvarenga *et al.*, 2010).

A insatisfação corporal excessiva é um dos fatores que pode contribuir para a manifestação de comportamentos alimentares inadequados e conseqüentemente repercutir em transtornos alimentares (Miranda *et al.*, 2018; Alves *et al.*, 2010). A adoção de atitudes insalubres, por exemplo, uso de diuréticos, laxantes, ou ainda pela autoindução de vômitos e realização de atividades físicas extenuantes são realizadas visando alcançar uma aparência física (Dunker; Philippi; Ikeda, 2010; Treasure; Duarte; Schmidt, 2020).

Estudos transversais são os mais utilizados para descrever os aspectos que compõem a imagem corporal (Miranda *et al.*, 2011). Isso usualmente é feito por meio da aplicação de um instrumento específico, como por exemplo, questionários e escalas. Cortês e colaboradores (2013) verificaram que há uma variação da prevalência de insatisfação corporal (32,2% a 83%) dos adolescentes quando avaliada por meio de escalas de silhuetas, sendo observada não só grande heterogeneidade entre eles, mas também, ausência de informações metodológicas relevantes. Os autores também recomendam a utilização de outras abordagens metodológicas para avaliar a satisfação corporal. Nesta perspectiva, percebe-se que estudos com delineamento qualitativo são necessários para compreensão e análise do sentimento e das atitudes que os adolescentes manifestam em relação à sua imagem corporal. Sendo assim, o objetivo do estudo foi avaliar qualitativamente o sentimento e as atitudes relacionadas a imagem corporal de adolescentes de cidades rurais.

2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e de abordagem quanti-qualitativa. Este estudo faz parte de uma pesquisa mais ampla intitulada “Insatisfação Corporal de Adolescentes de Cidades de Pequeno Porte”, realizada no período de março a setembro de 2010 em todas as escolas de ensino médio das cidades de Tabuleiro, Belmiro Braga e Goianá, Zona da Mata Mineira (Minas Gerais, Brasil). Participaram do estudo adolescentes de ambos os sexos que aceitaram voluntariamente participar de todas as etapas da coleta de dados, e entregaram o termo e consentimento livre e esclarecido (TCLE) devidamente assinado pelo responsável.

Utilizou-se roteiro de entrevista semiestruturada, que “representa um dos instrumentos básicos para a coleta de dados” (Lüdke; André, 1986). O roteiro abordava os dados referentes ao sexo, idade e perguntas abertas sobre a satisfação com a imagem corporal e as atitudes tomadas para sentir-se melhor em relação aparência física. As entrevistas foram gravadas após o consentimento dos entrevistados e transcritas no mesmo dia da coleta para evitar a perda dos relatos e garantir a fidedignidade das transcrições.

Os dados foram analisados por meio de análise de conteúdo de Bardin (2009), na modalidade temática para identificar nos relatos os significados atribuídos pelos respondentes em relação ao tema da pesquisa. A análise de conteúdo corresponde a um conjunto de técnicas por meio das quais se pode analisar um grupo de dados. É bastante utilizada em pesquisas qualitativas, especialmente nas investigações da área da educação, por tratar-se de uma forma muito eficaz de se compreender os conteúdos nem sempre manifestos de um discurso (seja um texto, um gesto, ou a enunciação de uma frase, isso é, qualquer forma de comunicação) (Valle; Ferreira, 2024).

A técnica de análise de conteúdo é “um conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais sutis em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a ‘discursos’ (conteúdos e continentes) extremamente diversificados” (BARDIN, 2016, p. 15), cujo objetivo é explorar os sentidos e significados atribuídos pelos sujeitos participantes de estudos qualitativos, e quantitativos, a respeito de um tema, problema e/ou fenômeno, a partir da sistematização rigorosa e estruturada.

Para o processo de avaliação dos conteúdos das entrevistas, foi realizada seguindo as etapas de pré-análise para sistematizar as idéias do material de análise, exploração do material para identificar as categorias, o tratamento dos resultados para agrupar as categorias semelhantes (Minayo, 2013; Bardin, 2016). A interpretação das categorias baseou-se na literatura científica para compreender a percepção de imagem corporal dos adolescentes. Para fins de caracterização da amostra, as variáveis idade e Índice de Massa Corporal (IMC) foram analisadas na forma descritiva (média e desvio padrão). O estado nutricional dos adolescentes foi obtido a partir do IMC (De Onis *et al.*, 2007).

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética de Pesquisa com Seres Humanos da Universidade federal de Juiz de Fora (nº parecer 416/2008), em consonância com o disposto na Resolução nº. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

3 RESULTADOS

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO ESTUDADA

A amostra foi composta por 49 indivíduos, dos quais 46, 9% (n=23) eram meninos, a idade variou de 15 a 19 anos (média 16,73±1,13 anos). A média do IMC dos adolescentes foi de 22,33±4,7 kg/m² entre os meninos e 23,40±3,4 kg/m² entre as meninas. Em relação à classificação do estado nutricional, 85,7% dos adolescentes foram classificados como eutróficos, 14,2% com sobrepeso e obesidade e apenas 2% com baixo peso.

3.2 INSATISFAÇÃO CORPORAL

Identificamos em 44, 9% (n=22) dos relatos a presença da insatisfação corporal. Dentre estes, 68, 2% (n=15) eram meninas e 31, 81% (n=7) eram meninos. Entre os incômodos mais relatados a gordura foi a mais citada (n=18) por 88, 9% (n=16) das meninas e 11,11% (n=2) dos meninos, principalmente na região abdominal.

“[...] Eu não gosto muito não. Porque eu acho que eu sou um pouco, assim, gordinha [...]”. Participante 3, 19 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] Não gosto da minha barriga, acho ela grande (risos) [...]”. Participante 19, 16 anos, sexo masculino, sobrepeso.

As partes dos corpos que incomodavam estavam relacionadas a magreza relatadas por 8 participantes, principalmente meninos (n=7) preocupados com a falta de massa muscular.

“[...] Eu não gosto muito do meu corpo não. Eu acho que sou muito magro, queria engordar um pouquinho. Mas é por que eu tenho dificuldade de ganhar massa muscular [...]”. participante 46, 18 anos, sexo masculino, eutrófico.

“[...] Ah, eu sou muito alto e magro, queria ganhar um pouco de massa muscular”. Participante 10, 17 anos, masculino, eutrófico.

“[...] eu ser magra. Por questão de aparência mesmo.” Participante 6, 15 anos sexo feminino, eutrófica.

Em relação ao excesso de gordura, a região abdominal foi a mais citada (38%, n=19) como motivo da insatisfação corporal. Ressalta-se que a preocupação com a gordura na região abdominal foi relatada até mesmo por aqueles adolescentes que se classificaram como satisfeitos com sua aparência física (4 meninas e 1 menino).

“[...] A barriga eu não gosto, porque acho ela meio grande. Quando eu acordo de manhã ela tá muito bem, se eu comer algo ela cresce. Quando eu to em casa eu como assim mesmo, mas quando

vou na festa eu não como pra não ficar grande [...]” Participante 2, 18 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *Eu não gosto da minha barriga porque ela tem uns culotes [...]*”. Participante 4, 16 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *Não gosto da minha barriga, acho ela grande (risos) [...]*”. Participante 21, 16 anos, sexo feminino, sobrepeso.

“[...] *Não gosto da barriga, por que ela não é definida [...]*”. Participante 36, 17 anos, sexo masculino, eutrófico.

Ainda sobre o excesso de gordura na região abdominal, alguns discursos demonstram o descontentamento extremo.

“[...] *Minha barriga, demais. Porque eu não consigo, sabe; quanto mais eu como, mais me dá vontade de comer, e aí eu não consigo emagrecer. Porque se eu emagreço dois quilos parece que minha barriga engorda mais. É por causa do tamanho mesmo. Porque eu não consigo, sabe. Eu já até tentei entrar na academia. Não, eu só choro mesmo. Tem vezes que eu choro. Ah porque é bem psicológico mesmo, me dá um desespero. Eu já tentei ir ao psicólogo, mas aí nem fui, por que eu não sou gorda, você vê que eu não sou gorda, mas eu tenho esse pânico com a barriga [...]*”. Participante 44, 17 anos sexo feminino, eutrófica.

Alguns participantes (n=12) mostraram-se insatisfeitos com outras partes específicas do corpo como: mão (unha), pé, estatura, cabelo, joelho, orelha, quadril e testa.

“[...] *Minha unha, cresce muito rápido [...]*”, participante 8, 15 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *o pé, é muito grande [...]*”, participante 10, 17 anos, sexo masculino, eutrófico

“[...] *Minha altura, queria ser um pouco mais baixo [...]*”. Participante 13, 18 anos, sexo masculino, eutrófico.

“[...] *Meu cabelo. Por que ele é muito alto, eu tenho muito cabelo.*” Participante 25, 16 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *Meu joelho, por que eu acho joelho muito feio [...]*”. Participante 28, 18 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *O pé muito grande, a orelha um cado, por causa do tamanho.*” Participante 29, 19 anos, sexo masculino, eutrófico.

“[...] *Minha testa, por ser grande [...]*”. Participante 33, 17 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] *Meu quadril. Porque eu acho ele muito largo, acho que é de família, lá em casa todo mundo é assim [...]*”. Participante 31, 17 anos, sexo feminino, sobrepeso.

Algumas meninas (n=3) manifestaram insatisfação com características relacionadas a faixa etária, alterações que acontecem durante o período da puberdade, como seios grandes e espinhas no rosto.

“[...] *Meu rosto, por causa das acnes [...]*”. Participante 25, 16 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] *Os seios mais incomodam por causa do tamanho [...]*”. Participante 45, 18 anos, sexo feminino, sobrepeso.

“[...] *O meu peito. Ah, eu não gosto dos meus peitos não, se eu pudesse tirar eu tirava [...]*”. Participante 48, 18 anos, sexo feminino, eutrófica.

3.3 ATITUDES PARA MODIFICAÇÃO CORPORAL

Foram relatadas algumas atitudes para sentirem mais satisfeitos com sua aparência física por 78% (n=38) adolescentes (n=20 meninas e n=18 meninos). A atitude mais recorrente foi o controle da alimentação junto à prática de atividade física (64%, n=24).

“[...] Eu de vez em quando eu corro e me esforço mais. De vez em quando eu como verdura, que ajuda né [...]?!” Participante 8, 16 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] Eu me cuido, me alimento bem, pratico esportes.”

Participante 10, 17 anos, sexo masculino, eutrófico.

“[...] Eu tento me alimentar corretamente. Ando de bicicleta.” Participante 15, 18 anos, sexo masculino, obesidade.

“[...] Eu procuro não comer doces durante a semana e evito comer comida mais pesada a noite. Gosto de praticar esportes e caminho todos os dias para ficar em forma [...]”. Participante 42, 16 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] Sim, jogo futebol e procuro manter alimentação saudável [...]”. Participante 48, 15 anos, sexo feminino eutrófico.

Todavia, enfrentam dificuldade para persistir com controle da alimentação e a atividade física como estratégias de satisfação corporal.

“[...] Eu começo sabe. Começo a fazer caminhada, a fazer regime, mas aí eu não consigo, eu paro. A comida me atrai, é como se fosse um vício [...]” Participante 22, 15 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] Eu evito comer coisas que engordam muito, eu evito comer doces, mas as vezes eu acabo comendo besteira e aí não adianta muito. Eu fazia dança, mas agora eu parei, só educação física mesmo [...]” Participante 8, 16 anos, sexo feminino, eutrófica.

É possível perceber entre aqueles adolescentes que praticavam com regularidade exercícios físicos como uma das principais formas de se alcançar o corpo ideal, dois (1 menino e 1 menina) relataram utilizar algum tipo de substância na tentativa de modificar o próprio corpo, como a ração humana e esteroides anabólicos.

“[...] Sim, eu tomo aquela ração humana, para emagrecer. É um produto natural, para emagrecer [...]” Participante 26, 16 anos, sexo feminino, eutrófico.

“[...] Às vezes eu tomo algum suplemento, alimentação eu também como muito. Eu tomo também ADE (Complexo de vitaminas lipossolúveis A, D e E de uso veterinário). Compro na casa de ração. Aí eu comecei há pouco tempo a tomar, agora que eu tomei mais está dando resultado bem e malho direto. Eu mesmo que procurei, e faço isso para ganhar mais massa [...]” Participante 14, 17 anos, sexo masculino, eutrófico.

O uso de cosméticos é visto (n=2) como uma maneira de modificar o corpo para se sentirem mais satisfeitos.

“[...] Eu passo as coisas (loção, cosmético) no corpo direto. De resto não [...]” Participante 9, 18 anos, sexo masculino, eutrófico.

“[...] O meu cabelo eu hidrato muito, eu faço muita coisa para tentar melhorar [...]”, participante 25, 16 anos, sexo feminino, eutrófico.

Contrariamente, 26,53% (n=13) dos adolescentes, sendo 69,9% (n=9) meninas e 30,8% (n=4) meninos, não realizam nenhuma atitude para modificar o corpo e/ou se sentirem mais satisfeitos com sua imagem corporal.

“[...] Não, na verdade não faço nada, eu me sinto bem relaxada. Não faço exercício físico, não cuido da alimentação, me sinto bem relaxada [...].” Participante 17, 17 anos, sexo feminino, eutrófica.

3.4 SATISFAÇÃO CORPORAL

Mais da metade dos adolescentes entrevistados (55, 10%, n = 27) relataram não apresentar insatisfação com nenhum aspecto de sua aparência física, sendo 55, 6% (n=15) meninos e 44, 44% (n=12) meninas.

“[...] Não faço nada, me sinto bem do jeito que estou.” “[...] Participante 47, 17 anos, sexo feminino, eutrófica.

“[...] Não faço nada, sou muito relaxado com meu corpo” “[...]”, participante 46, 18 anos, sexo masculino, eutrófico.

4 DISCUSSÃO

Esta pesquisa demonstrou que a insatisfação corporal se manifestou no discurso em relação à aparência física em quase metade do número (44,9%) dos adolescentes moradores das cidades rurais. O excesso de peso e o acúmulo de gordura na região abdominal foram os principais motivos desse sentimento de rejeição com a forma física. Para conter esse sentimento negativo com o corpo atitudes foram tomadas pelos adolescentes para se sentirem bem em relação à aparência, sendo a atividade física e o controle da alimentação as mais declaradas. Esses resultados ressaltam que o fenômeno da imagem corporal precisa ser analisado sob uma ótica qualitativa, visto que os instrumentos correntemente aplicados apresentam resultados padronizados, o que dificulta o aprofundamento e compreensão dos resultados obtidos (Tort-Nasarre *et al.*, 2023; Conti *et al.*, 2009).

Dos adolescentes insatisfeitos com a imagem corporal a maioria (38%) apontou sentir-se incomodada com a região abdominal, sendo tanto meninos quanto meninas. Jones, Vigfusdottir e Lee (2006) advertem que as meninas, mesmo quando no peso adequado ou abaixo do peso ideal, costumam sentirem-se gorda ou desproporcional, levando-a possivelmente a insatisfação com sua aparência física. Já para os meninos, essas constatações precisam ser melhores investigadas. Estudos têm evidenciado que a insatisfação corporal do menino está mais atrelada à massa muscular do que necessariamente ao peso corporal (Miranda *et al.*, 2020; San Martini *et al.*, 2023). Os resultados apresentados reforçam, entretanto, a ideia de que o ideal de corpo atual é caracterizado pela ausência de gordura, tanto entre meninos quanto entre meninas (White; Halliwell, 2010) sendo alvo de preocupação mesmo entre adolescentes classificados como eutróficos.

Essa insatisfação corporal se torna preocupante na medida em que se observa o discurso de uma adolescente que relatou chorar ao pensar no próprio corpo (participante 44). Estudos têm evidenciado que a insatisfação corporal se relaciona a outros aspectos psicológicos, como a autoestima e o desenvolvimento de depressão (Nesi *et al.*, 2024; Beserra *et al.*, 2024), além do desenvolvimento dos transtornos alimentares (Treasure; Duarte; Schmidt, 2020; Costa; Vasconcellos, 2010) e dismórficos corporais (Araújo; Candino; Lima, 2024). Desta forma, verificar em uma amostra específica sinais do comportamento deprimido reforça a necessidade da investigação dos aspectos relacionados à insatisfação corporal.

Inúmeras questões podem ser levantadas em relação a este sentimento de insatisfação corporal excessiva. O nível de pressão presente nas relações sociais impulsionando os adolescentes a adotar um determinado ideal de atratividade e de forma corporal que muitas vezes está longe de ser alcançado (San Martini *et al.*, 2023). Essa internalização de tipo de aparência física idealizada pode desencadear, além dos sentimentos negativos com a imagem corporal, baixa de autoestima e predisposição para comportamentos alimentares de risco.

Os discursos dos adolescentes evidenciaram a dificuldade em aderir a um programa de atividades físicas ou a uma dieta saudável para a manutenção da forma física. Esta dificuldade de adesão à atividade física e a má alimentação são um dos principais fatores para o sobrepeso e obesidade na adolescência (Jebeile *et al.*, 2022). A vida sedentária com elevado tempo de tela e a facilidade para a ingestão de alimentos gordurosos dificultam o gasto de energia e conseqüentemente o aumento do peso de muitos adolescentes. Estudos com adolescentes mostram que o sobrepeso e a obesidade estão diretamente relacionados com a insatisfação corporal (San Martini *et al.*, 2023; Miranda *et al.*, 2020; Miranda *et al.*, 2018).

Neste sentido, a adoção de práticas inadequadas de exercícios físicos e as chamadas “dietas da moda” se tornam estratégias adotadas pelos adolescentes na tentativa de se atingir o corpo desejado de forma imediata (Knauss; Paxton; Alsaker, 2008). Este fato preocupa por representar um risco à saúde, especialmente entre os adolescentes. Os relatos dos participantes deste estudo, entretanto, não permitem inferir se a prática de atividade física era sistematizada ou não. Almeida *et al.* (2012) mencionam em sua pesquisa sobre a frequência de cirurgias plásticas, anabolizantes, próteses de silicone e dietas alimentares radicais em um culto ao narcisismo e uma desmesurada preocupação com a aparência.

A insatisfação com a aparência corporal quando não exagerada pode conduzir o indivíduo a obter comportamentos benéficos, com a incorporação de hábitos saudáveis, alimentação adequada e prática de atividade física regular, modificando o âmbito biofísico e melhorando a percepção corporal (Santos *et al.*, 2011). No entanto, adolescentes insatisfeitos frequentemente adotam comportamentos alimentares inadequados e práticas insalubres visando controle de peso, como por exemplo, uso de diuréticos, laxantes, autoindução de vômitos e realização de atividade física extenuante (Wilkosz *et al.*, 2011).

Nas entrevistas, dois adolescentes relataram fazer uso de substância para se sentirem mais satisfeitos com sua imagem corporal, a ingestão de ração humana para a perda de gordura corporal (participante 26) e aplicação de ADE para aumento da massa muscular (participante 14). A ração humana é um suplemento alimentar a base de fibras solúveis, usado na redução de gordura, glicose, colesterol total e triglicerídeos séricos (Machado; Navarro, 2010). O composto vitamínico lipossolúvel ADE (vitaminas A, D e E) possui função principal de suprir necessidades de carência de vitaminas lipossolúveis diretamente e prevenir infecções nos animais, como, bovinos e equinos (Iriart; Andrade, 2002). Essa substância é deletéria à saúde humana, pois causa abscessos nas proximidades do local da aplicação, infecções, embolia e necrose do membro, o que pode causar uma futura amputação (Cisneiros *et al.*, 2021).

Observou-se relatos de outras medidas para sentirem-se melhor com a aparência física, como uso de cosméticos e loções para hidratação corporal (Participantes 9 e 25). Para Alves *et al.* (2008) atualmente nas sociedades ocidentais vive-se uma “divinização do corpo belo” e que, os fatores socioculturais influenciam a imagem que os indivíduos têm do próprio corpo. Por isso a busca variada para se alcançar uma aparência física internalizada como ideal.

Manter boa relação com o próprio corpo na adolescência pode trazer benefícios ao desenvolvimento humano. Os adolescentes são os mais vulneráveis às pressões da sociedade quanto ao aspecto de seus corpos, pois se encontram em uma época marcada por alterações físicas, psicológicas, emocionais, cognitivas e aumento da preocupação com a aparência física (Marques; Legal; Höfelmann, 2013). Em meio às alterações hormonais, funcionais, afetivas e sociais, as alterações da forma física e a aparência corporal adquirem importância fundamental, principalmente durante o início do desenvolvimento de características sexuais secundárias próprias da adolescência (Santos *et al.*, 2011; Smolak; Stein, 2006). Nesta pesquisa, 3 participantes (todas do sexo feminino) relataram insatisfação com partes do corpo que passam por alterações durante a puberdade: insatisfação por causa das acnes (participante 25) e insatisfação pelo tamanho dos seios (participante 45 e 48).

Durante a adolescência as experiências vividas pelos jovens e o meio social contribuem para formular a imagem corporal e sua respectiva satisfação (Marques; Legal; Höfelmann, 2013). As adolescentes podem ser mais influenciadas que os meninos pela mídia no que tange à internalização do ideal de corpo magro. Determinadas características psicológicas, aliadas à insatisfação com a imagem corporal, são consideradas fatores de risco para o desenvolvimento de psicopatologias alimentares e mentais.

Assim, estudos apontam que o IMC é um dos determinantes principais da satisfação corporal (Miranda *et al.*, 2020; Scherer *et al.*, 2011). É importante constatar que nem todos os adolescentes insatisfeitos eram classificados como excesso de peso pelo IMC. Entre os adolescentes das cidades rurais entrevistados, 14,2% estavam com sobrepeso ou obesidade. A supervalorização do peso corporal,

independentemente do estado nutricional (IMC), parece ser um dos mais significativos fatores preditivos para comportamentos alimentares anormais e práticas inadequadas de controle de peso de adolescentes de diferentes contextos sociodemográficos (San Martini *et al.*, 2023; Cisneiros *et al.*, 2021).

Embora adolescentes obesos apresentem maior insatisfação com a imagem corporal do que os eutróficas, eles podem ter um conceito sobre seus corpos que não seja totalmente negativo. Ou seja, embora concordem que sua aparência física os incomoda, algumas características positivas sobre determinadas partes do corpo, como os olhos e um rosto podem amenizar a insatisfação. Foi possível observar neste estudo insatisfação com outras partes corporais, como por exemplo, unha (participante 8), pé (participante 10 e 29), altura (participante 13), cabelo (participante 25), joelho (participante 28), testa (participante 33) e quadril (participante 31).

Alguns fatores limitantes foram observados nesta pesquisa como o uso do procedimento amostral ser por conveniência, assim como o número restrito do tamanho amostral. Importante constatar que em cada cidade alunos foram convidados a participar, porém 11,87% (49 alunos) quiseram gravar entrevista e responder as perguntas relacionadas com a sua imagem corporal. Por ser tratar de uma pesquisa qualitativa e por avaliar a relação subjetiva do adolescente com sua imagem corporal acredita-se que a seleção por conveniência não tenha enviesado a interpretação das entrevistas e nem o procedimento de seleção aleatória dos participantes. Pode-se observar um número semelhante de cada sexo (46,9% meninos e 53,1% meninas). O número de participantes em cada cidade não foi levado em consideração devido ao fato de as cidades rurais apresentarem estrutura sociodemográfica bem semelhantes. Outro fator relevante desta pesquisa foi a observar que fatores individuais, sejam eles biológicos e/ou antropométricos, podem influenciar no sentimento e nas atitudes manifestados em consequência da relação dos adolescentes com sua imagem corporal.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A insatisfação corporal esteve presente nos discursos de quase metade dos adolescentes de cidades rurais, principalmente em relação à gordura, ao peso, e ao aumento da barriga, porém também foi observado que adolescentes com IMC adequado se sentiam insatisfeitos por desejarem uma aparência física mais delgada. A prática de atividade física e a alimentação foram medidas usadas pelos adolescentes para diminuir o excesso de peso corporal e consequentemente sentirem-se mais satisfeitos com sua aparência física.

São necessários mais estudos nesta linha de investigação para ampliar os conhecimentos sobre os fatores relacionados à insatisfação corporal para qualificar programas de intervenção focados na melhoria das condições de saúde dos adolescentes. Assim, professores de educação física, nutricionistas e psicólogos e demais profissionais poderão conhecer mais sobre os sentimentos e as atitudes dos adolescentes em

relação sua imagem corporal, visando estratégias de intervenção para amenizar os efeitos negativos desencadeados por uma insatisfação corporal excessiva.

AGRADECIMENTOS

Fundação de Amparo à Pesquisa de Minas Gerais – FAPEMIG, alunos e funcionários das escolas estaduais das cidades de Belmiro Braga, Goianá, Tabuleiro e Pequeri pelo aceite em participar da pesquisa.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, T. R.; GUERRA, M. R.; FILGUEIRAS, M. S. T. Repercussões do câncer de mama na imagem corporal da mulher: uma revisão sistemática. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, p. 1003-1029, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312012000300009>.
- ALVARENGA, M. S. et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 59, n. 1, p. 44-51, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100007>.
- ALVES, E. et al. Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do Município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 24, n. 3, p. 503-512, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2008000300004>.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2016.
- BESERRA, M. A. et al. Comportamentos de risco relacionados à práticas sexuais em adolescentes de escolas públicas da cidade do Recife. *ARACÊ*, [S. l.], v. 6, n. 4, p. 14157–14170, 2024. DOI: 10.56238/arev6n4-182.
- CASH, T. F.; SMOLAK, L. *Body image: a handbook of science, practice and prevention*. 2. ed. New York: The Guilford Press, 2011.
- CISNEIROS, M. G. R. et al. O uso de anabolizantes e suas consequências: revisão de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 4, n. 6, p. 27986–27997, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n6-350.
- CONTI, M. A. et al. A insatisfação corporal de jovens: um estudo exploratório. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 509-528, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312009000200015>.
- CONTI, M. A. Os aspectos que compõem o conceito de imagem corporal pela ótica do adolescente. *Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano*, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 240-253, 2008. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v18n3/04.pdf>.
- CÔRTEZ, M. G. et al. O uso de escalas de silhuetas na avaliação da satisfação corporal de adolescentes: revisão sistemática da literatura. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 3, p. 427-444, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2013000300003>.
- COSTA, L. C. F.; VASCONCELOS, F. A. G. Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, São Paulo, v. 13, n. 4, p. 665-676, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000400011>.
- DE ARAÚJO, M. L.; CANDIDO, L. R.; DE LIMA, M. E. M. Body dysmorphic disorder (BDD): cause, treatment, and prevention. *ARACÊ*, [S. l.], v. 6, n. 4, p. 15420–15433, 2024. DOI: 10.56238/arev6n4-257.
- DE ONIS, M. et al. Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization*, v. 85, p. 660-667, 2007. DOI: 10.2471/blt.07.043497.

DUNKER, K. L. L.; PHILIPPI, S. T.; IKEDA, J. P. Interactive Brazilian program to prevent eating disorders behaviours: A pilot study. *Eating and Weight Disorders*, v. 15, n. 4, p. 270-274, 2010. DOI: 10.1007/BF03325309.

IRIART, J. A. B.; ANDRADE, T. M. Musculação, uso de esteróides anabolizantes e percepção de risco entre jovens fisiculturistas de um bairro popular de Salvador, Bahia, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 5, p. 1379-1387, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2002000500031>.

JEBEILE, H. et al. Obesity in children and adolescents: epidemiology, causes, assessment, and management. *Lancet Diabetes & Endocrinology*, v. 10, n. 5, p. 351-365, maio 2022. DOI: 10.1016/S2213-8587(22)00047-X

ONES, D. C.; VIGFUSDOTTIR, T. H.; LEE, Y. Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: an examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, v. 19, p. 323-339, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0743558403258847>.

KNAUSS, C.; PAXTON, S. J.; ALSAKER, F. D. Body dissatisfaction in adolescent boys and girls: objectified body consciousness, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media. *Sex Roles*, v. 59, p. 633-643, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11199-008-9474-7>.

LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. Pesquisa em educação: abordagens qualitativas. São Paulo: EPU, 1986.

MACHADO, M. M.; NAVARRO, A. C. Suplementação com “ração humana” e o perfil metabólico de mulheres praticantes de exercício físico com idades entre 58 a 71 anos. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 4, n. 19, p. 59-68, 2010. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/165>.

MARQUES, F. A.; LEGAL, E. J.; HÖFELMANN, D. A. Insatisfação corporal e transtornos mentais comuns em adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 30, n. 4, p. 553-561, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822012000400014>.

MARTINI, M. C. S. et al. Prevalence of body weight dissatisfaction among adolescents: a systematic review. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 41, 2023. e2021204. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2023/41/2021204>.

MARTINS, C. R. et al. Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 32, n. 1, p. 19-23, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-81082010000100004>.

MATOS, T. S. Q.; DE OLIVEIRA, M. C. Imagem corporal feminina na adolescência: a influência da mídia / Female corporal image at adolescence: the influence of the media. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 5, n. 3, p. 11851–11873, 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n3-318

McCABE, M. P.; RICCIARDELLI, L. A. A longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence*, v. 39, n. 153, p. 145-166, 2004. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15230071/>.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 13. ed. São Paulo: Hucitec, Abrasco, 2013.

- MIRANDA, V. P. N. et al. Imagem corporal em diferentes períodos da adolescência. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 32, n. 1, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822014000100011>.
- MIRANDA, V. P. N. et al. Insatisfação corporal em adolescentes brasileiros de municípios de pequeno porte de Minas Gerais. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 60, n. 3, p. 190-197, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852011000300007>.
- MIRANDA, V. P. N. et al. Body dissatisfaction, physical activity, and sedentary behavior in female adolescents. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 36, n. 4, p. 482-490, out.-dez. 2018. doi: 10.1590/1984-0462/2018;36;4;00005.
- MIRANDA, V. P. N. et al. Body image disorders associated with lifestyle and body composition of female adolescents. *Public Health Nutrition*, v. 24, n. 1, p. 95-105, jan. 2021. doi: 10.1017/S1368980019004786.
- NESI, E. P. B. et al. Anxiety and depression at school: the impact on learning and well-being. *ARACÊ*, [S. l.], v. 6, n. 4, p. 15949–15964, 2024. DOI: 10.56238/arev6n4-287.
- SANTOS, E. E. M. et al. Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 29, n. 2, p. 214-223, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-05822011000200013>.
- SCHERER, F. C. et al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 59, n. 3, p. 98-202, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000300005>.
- SLADE, P. D. What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, v. 32, n. 5, p. 497-502, 1994.
- SMOLAK, L.; STEIN, J. A. The relationship of drive for muscularity to sociocultural factors, self-esteem, physical attributes gender role, and social comparison in middle school boys. *Body Image*, v. 3, n. 2, p. 121-129, 2006. doi: 10.1016/j.bodyim.2006.03.002.
- TORT-NASARRE, G. et al. Positive body image: a qualitative study on the successful experiences of adolescents, teachers and parents. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, v. 18, n. 1, 2023. doi: 10.1080/17482631.2023.2170007.
- TREASURE, J.; DUARTE, T. A.; SCHMIDT, U. Eating disorders. *Lancet*, v. 395, n. 10227, p. 899-911, 14 mar. 2020. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30059-3. PMID: 32171414.
- VALLE, P. R. D.; FERREIRA, J. de L. ANÁLISE DE CONTEÚDO NA PERSPECTIVA DE BARDIN: CONTRIBUIÇÕES E LIMITAÇÕES PARA A PESQUISA QUALITATIVA EM EDUCAÇÃO. In: *SciELO*, 2024 Preprints. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.7697>.
- VAN DEN BERG, P.; PAXTON, S. J.; KEERY, W. M.; NEUMARK-SZTAINER, D. Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*, v. 4, p. 257-268, 2007.
- WHITE, J.; HALLIWELL, E. Examination of a sociocultural model of excessive exercise among male and female adolescents. *Body Image*, v. 7, p. 227-233, 2010. doi: 10.1016/j.bodyim.2010.02.002.
- WILKOSZ, M. E. et al. Body dissatisfaction in California adolescents. *Journal of the American Nurse Practitioner*, v. 23, n. 2, p. 101-109, 2011. doi: 10.1111/j.1745-7599.2010.00586.x.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Nutrition in adolescence: issues and challenges for the health sector: issues in adolescent health and development. Geneva: World Health Organization, 2005.