



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA

ELDERSON DA SILVA GUEDES

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E SUAS ASSOCIAÇÕES COM
SINTOMAS DEPRESSIVOS E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM
UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2022

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO

CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA

BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ELDERSON DA SILVA GUEDES

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E SUAS ASSOCIAÇÕES COM
SINTOMAS DEPRESSIVOS E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM
UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientadora: Rosana Christine Cavalcanti
Ximenes

Coorientador: Wesley Álex da Silva Dionisio

VITÓRIA DE SANTO ANTÃO

2022

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do programa de geração automática do
SIB/UFPE

Guedes, Elderson da Silva.

Insatisfação com a imagem corporal e suas associações com sintomas depressivos e prática de atividade física em universitários durante a pandemia de Covid-19 / Elderson da Silva Guedes. - Vitória de Santo Antão, 2022. 49 p., tab.

Orientador(a): Rosana Christine Cavalcanti Ximenes

Cooorientador(a): Wesley Álex da Silva Dionisio

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, Educação Física - Bacharelado, 2022.

Inclui referências, apêndices, anexos.

1. insatisfação corporal. 2. depressão. 3. atividade física. 4. saúde do estudante. I. Ximenes, Rosana Christine Cavalcanti. (Orientação). II. Dionisio, Wesley Álex da Silva. (Coorientação). III. Título.

790 CDD (22.ed.)

ELDERSON DA SILVA GUEDES

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E SUAS ASSOCIAÇÕES COM
SINTOMAS DEPRESSIVOS E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM
UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

TCC apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, como requisito para a obtenção do título de Bacharelado em Educação Física.

Aprovado em: __/__/____.

BANCA EXAMINADORA

Profº. Wesley Álex da Silva Dionisio (Coorientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Dr. Saulo Fernandes Melo de Oliveira (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Me. Elayne Cristina de Oliveira Ribeiro (Examinador Externo)
Universidade Federal de Paraíba

AGRADECIMENTOS

Antes de qualquer coisa **agradeço a Deus**. Mais uma graduação, depois de muito reclamar da primeira, depois de dizer a mim mesmo que nunca mais voltaria para graduação, cá estou eu, prestes a terminar mais uma jornada que foi extremamente difícil e cansativa. E antes de ingressar na UFPE para tentar a segunda formação, foi preciso muita reflexão, e muitas conversas, até decidir seguir e buscar outra graduação. Todo esse processo, que levou tempo, eu precisei de todo apoio possível da minha família, e agradeço a cada um, meu pai **Edmilson Guedes**, minha mãe **Gisele Guedes**, e a minha irmã **Geysiane Guedes**.

Não poderia deixar de demonstrar toda minha gratidão a minha orientadora Professora **Rosana Ximenes**, que desde o início dessa segunda graduação acreditou em mim, me conduziu por um caminho que sempre almejei, mas não tive oportunidades, porém ela me oportunizou, me ensinou, me inspirou, me orientou.

Ao meu coorientador, e grande amigo que o CAV me deu, Professor **Wesley Dionisio**, minha eterna gratidão por corrigir, direcionar, conduzir, cobrar e orientar, não apenas o atual trabalho, mas tantos outros.

Agradeço a todo grupo de pesquisa em comportamentos e transtornos alimentares, pela recepção desde o início da graduação, por me ensinarem, por fazerem parte desse processo. Agradecimento especial as minhas amigas e pesquisadoras **Ester Costa** e **Joelma Maria**, e ao amigo e pesquisador **Tiago Barbosa**, que de alguma forma contribuíram, não apenas para esse trabalho, mas para grande parte de tantos outros durante esses anos de formação, entre seminários, congressos, simpósios e encontros.

Também não poderia esquecer das professoras que me ajudaram e inspiraram a querer alçar voos mais altos, por mais de 2 anos envolvido na monitoria, e por quase 4 dentro do laboratório de Anatomia Humana. Meu agradecimento as professoras **Carolina Peixoto**, **Lisiane Oliveira**, **Ana Elisa**.

Às amigas que construí na universidade, e que de alguma forma me ajudaram a chegar até aqui, primeiramente da minha turma, em especial: **Inayara Gervásio**, **Francielly Lourdes**, **Amanda Oliveira**, **Eduardo Cavalcanti**, **Fernando Luiz** e **Rodrigo Ferreira**. Também a deixo meu agradecimento a **Bianca Mendes**, **Vitor Pereira**, **Anny Caroline**, **Paula Gomes** e **Célia Mariana**.

Por fim, minha eterna gratidão aos professores que passaram por essa graduação, contribuindo diretamente para minha formação, dentre eles cito **Candido Ferraz**, **Wilson Viana**, **Iberê Caldas**, **Ana Lisa Gomes**, **Saulo Fernandes**, **José Antonio**, **Marcelus Brito** e **Luciano Machado**.

RESUMO

Introdução: A imagem corporal é definida como um construto multidimensional que envolve representações internas da aparência física e estrutural, em relação ao próprio corpo e aos outros. Os sintomas depressivos são reconhecidamente um problema de saúde pública, que afetam principalmente a vida social do indivíduo. Eles são caracterizados por mudanças de humor, no apetite, no sono, além de dificuldades de concentração. A atividade física é reconhecida como um agente com capacidade de promover diminuição dessas comorbidades. **Objetivo:** Verificar associações entre a insatisfação com a imagem corporal, sintomas depressivos e prática de atividade física durante a pandemia. **Métodos:** Este é um estudo epidemiológico de corte transversal, desenvolvido na cidade de Vitória de Santo Antão-PE, com Universitários do Centro Acadêmico de Vitória. Para a caracterização da amostra foi utilizado o questionário sociodemográfico da ABEP-2019, para a avaliação da insatisfação com a IC foi utilizado o Body Shape Questionnaire (BSQ), para identificar a presença de sintomas depressivos o Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para Depressão (QAEH-D). A prática de atividade física foi verificada a partir de uma pergunta disponibilizada no questionário online. A análise de possíveis associações entre as prevalências foi realizada através do teste Qui-quadrado de Pearson. A análise estatística foi realizada pelo programa SPSS versão 21.0 com intervalo de confiança de 95% e margem de erro de 5%. **Resultados:** Foram avaliados 297 estudantes universitários de ambos os sexos (73,4% do sexo feminino) com idade média de 21,83 ($\pm 3,52$). Foi identificado que 51,9% da amostra possuía insatisfação com a imagem corporal, 58,2% apresentavam sintomas depressivos e 56,6% diminuíram a prática de atividade física durante a pandemia. Foi encontrada associação significativa entre a variável insatisfação corporal com o sexo, curso e sintomas depressivos ($p < 0,05$). **Conclusão:** Foram encontradas associações significativas entre insatisfação com a imagem corporal e os sintomas depressivos, sexo e curso. No que concerne a prática de atividade física durante a pandemia, não foi observado associação com insatisfação corporal ou com sintomas depressivos. Contudo se observou uma tendência de redução da prática regular de atividade física durante a pandemia.

Palavras-chave: insatisfação corporal; depressão; atividade física; saúde do estudante.

ABSTRACT

Introduction: Body image is defined as a multidimensional construct that develops internal representations of physical and structural appearance, in relation to the body itself and others. Depressive symptoms are recognized as a public health problem, which mainly affect the social life of the individual. They are characterized by changes in mood, appetite, sleep, and difficulty concentrating. Physical activity is recognized as an agent capable of promoting a decrease in these comorbidities. **Objective:** To verify associations between body image dissatisfaction, depressive symptoms and physical activity during the pandemic in university students. **Methods:** This is a cross-sectional epidemiological study, developed in the city of Vitória de Santo Antão-PE, with university students from the Centro Acadêmico de Vitória. For the characterization of the sample, the sociodemographic questionnaire of ABEP-2019 was used, for the assessment of dissatisfaction with body image, the Body Shape Questionnaire (BSQ) was used, to identify the presence of depressive symptoms, the Hamilton Scale Self-Assessment Questionnaire for Depression (QAEH-D), and for the practice of physical activity, a question was made available in the online questionnaire for verification. The analysis of possible associations between the prevalences was performed using Pearson's Chi-square test. Statistical analysis was performed using SPSS version 21.0 with a confidence interval of 95% and a margin of error of 5%. **Results:** 297 university students of both sexes were evaluated (73.4% female) with a mean age of 21.83 (± 3.52). It was identified that 51.9% of the sample had body image dissatisfaction, 58.2% had depressive symptoms and 56.6% had reduced physical activity during the pandemic. A significant association was found between the variable body dissatisfaction with sex, course and depressive symptoms ($p < 0.05$). No significant association was found between the practice of physical activity and other variables. **Conclusion:** Significant associations were found between body image dissatisfaction and depressive symptoms, gender and course. Regarding the practice of physical activity during the pandemic, no association was observed with body dissatisfaction or depressive symptoms. However, there was a tendency to reduce the regular practice of physical activity during the pandemic.

Keywords: body dissatisfaction; depression; physical activity; student health.

LISTA DE ABREVIATÖES

ABEP – Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas

BSQ – Body Shape Questionnaire

DMS-5 – Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais

DP – Desvio Padrão

IC – Imagem corporal

OMS – Organização Mundial de Saúde

QAEH-D – Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para Depressão

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Características socioeconômicas e cursos da amostra	25
Tabela 2 - Caracterização da amostra de acordo com as variáveis analisadas	26
Tabela 3 – Associação entre a prática de atividade física, variáveis socioeconômicas, insatisfação com a imagem corporal e sintomas depressivos	28
Tabela 4 – Associação da insatisfação com a imagem corporal, variáveis sociais e sintomas depressivos	30

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	12
2 REVISÃO DA LITERATURA.....	14
2.1 A pandemia de Covid-19.....	14
2.2 Imagem corporal e sua percepção.....	15
2.3 Sintomas depressivos.....	16
2.4 Atividade física em tempos de pandemia.....	18
3 OBJETIVOS.....	20
3.1 Objetivo geral.....	20
3.2 Objetivos específicos.....	20
4 METODOLOGIA.....	21
4.1 Desenho e local de estudo.....	21
4.2 População e amostra.....	21
4.3 Critérios de inclusão e exclusão.....	22
4.4 Recrutamento dos participantes.....	22
4.5 Identificação das variáveis.....	23
4.5.1 <i>Insatisfação com a imagem corporal.....</i>	<i>23</i>
4.5.2 <i>Sintomas depressivos.....</i>	<i>23</i>
4.5.3 <i>Prática de atividade física durante a pandemia.....</i>	<i>23</i>
4.5.4 <i>Avaliação socioeconômica da amostra.....</i>	<i>24</i>
4.6 Procedimentos para coleta de dados.....	24
4.7 Análise e interpretação dos dados.....	24
4.8 Aspectos éticos.....	25
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	26
6 CONCLUSÃO.....	36
REFERÊNCIAS.....	37
ANEXO A – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....	43
ANEXO B – BODY SHAPE QUESTIONNAIRE (BSQ).....	44
ANEXO C – Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para Depressão (QAEH-D).....	45

APÊNDICE A – AVALIAÇÃO SOCIOECONÔMICA.....	46
APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	47

1. INTRODUÇÃO

A imagem corporal (IC) é definida como um construto multidimensional que envolve representações internas da aparência física e estrutural, em relação ao próprio corpo e aos outros. A formação dessa imagem pode ocorrer por meio de pensamentos, emoções, sentimentos e autopercepções. Porém esses fatores podem ou não corresponder à realidade (ALMEIDA; BAPTISTA, 2016; CORSEUIL et al., 2009; MARTINS et al., 2010).

A relação do corpo real, com os processos cognitivos que formam a autopercepção, pode gerar uma avaliação negativa do próprio corpo, muito influenciado pela mídia, que mostram perfis antropométricos característicos. Geralmente, corpos mais musculosos são associados aos homens e mais magros às mulheres, elevando o risco de insatisfação com a (IC) na população. Miranda et al. (2014) destacam que essa insatisfação pode estar relacionada, ou ser um fator de risco para transtornos mentais, a exemplo dos sintomas depressivos (FIDELIX et al., 2011; NASCIMENTO et al, 2019).

Os sintomas depressivos são transtornos mentais considerados um problema de saúde pública, e que geralmente são caracterizados por sentimentos de culpa, desesperança, incapacidade de realizar atividades antes prazerosas, alteração no apetite, na libido e no aspecto cognitivo, baixa autoestima, dentre outros. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a depressão pode vir a ser o problema de saúde que trará mais perdas de vida humana no mundo em 2030 (APA, 2003; COHEN, 2019).

Estudos demonstram alta prevalência de insatisfação com a IC e sintomas depressivos em universitários. Quanto a insatisfação com a IC, alguns fatores podem estar associados com o início da vida acadêmica, ocasionando mudanças no estilo de vida, diminuição do tempo disponível para atividade física e alimentação saudável, pressão psicológica para alcançar metas e cumprir prazos (MIRANDA, 2012; BARRETO et al., 2019).

Já em relação aos sintomas depressivos Fernandes (2018) destaca a alta prevalência de sintomas depressivos em universitários, com frequência de 34,5%, taxa essa que chama atenção principalmente quando comparada com a prevalência

na população em geral, que pode chegar a 11%. Alguns dos estressantes psicossociais que podem vir a influenciar no surgimento de sintomas depressivos em universitários são a cobrança dos pais, medo do fracasso, preocupação com o mercado de trabalho e as exigências acadêmicas (KREFER; VAYEGO, 2019).

Campana et al. (2009) evidenciaram que pesquisas sobre a IC apresentam relação com outros transtornos, tais como sintomas depressivos e transtornos alimentares, as quais estão associadas ao componente negativo de IC.

Um componente importante que vem demonstrando ter efeito positivo sobre aspectos psicológicos, é a prática de atividade física regular, que tem sido considerada uma estratégia para intervir na insatisfação com a IC (FERRARI et al., 2012; SILVA, 2014).

Algumas pesquisas têm investigado acerca dos possíveis impactos positivos da prática de atividade física em indivíduos com sintomas depressivos (RIBEIRO, 1998; REIS, 2012; COSTA, 2007; DINAS 2011), assim como a aplicação e influência dessas atividades em amostras que apresentam insatisfação corporal (PELEGRINI, 2009; FERRARI, 2012; SILVA, 2014).

Com a pandemia da Covid-19, e o aumento desenfreado de casos em todo mundo, houve a necessidade e indicação por parte das autoridades de saúde competentes, de utilizar o distanciamento social como medida de contenção. Alguns estudos vêm demonstrando uma diminuição na prática regular de atividade física da população em geral, devido às essas privações. Além disso, o distanciamento social afeta condições de vida e de saúde mental, com fatores como redução de relações interpessoais, duração da quarentena, medo de infecção, dentre outros (BARROS et al., 2020; COSTA et al., 2020).

Devido a isso, percebe-se a importância de investigar as associações entre nível de insatisfação corporal, sintomas depressivos e prática de atividade física em universitários durante o período pandêmico.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1 A pandemia de Covid-19

A Covid-19 (*Coronavirus Disease 19*) é uma infecção respiratória provocada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2). Ela foi inicialmente identificada em dezembro de 2019, a partir de um surto de casos desconhecidos de pneumonia em um mercado de frutos de mar em Wuhan, na China (PEREIRA et al, 2020; KARLSSON, DUONG, 2021).

Com alto potencial de contágio, a Covid-19 rapidamente se alastrou por todo mundo. Essa transmissão generalizada fez a doença ser rapidamente reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma pandemia, em 11 de março de 2020. O primeiro caso no Brasil foi registrado em 25 de fevereiro de 2020, sendo também o primeiro caso da América do Sul (ORNELL et al, 2020; BRASIL, 2020).

Diversas estratégias foram pensadas e articuladas por pesquisadores e profissionais da saúde para contenção da proliferação do SARS-CoV-2. No entanto a mais discutida e colocada em prática foi o distanciamento social, que se caracteriza pelo ato de manter determinada distância entre duas ou mais pessoas em ambientes públicos. Além disso, o isolamento social, que se configura como uma medida que separa pessoas infectadas ou casos suspeitos de indivíduos não infectados, a fim de evitar a disseminação do vírus, também foi uma das estratégias utilizadas (FARIAS, 2020).

Apesar do distanciamento e do isolamento social serem consideradas estratégias eficientes para controle da pandemia, muito tem se discutido acerca dos impactos negativos que a diminuição de interação e socialização podem causar na saúde mental (LIMA, 2020; PINHEIRO et al, 2020; DONIDA et al, 2021; TASSARA et al, 2021). Além da saúde mental, outros impactos são investigados a partir destas estratégias de contenção, exemplo das alterações na prática regular de atividade física devido às restrições de academias e praças públicas (SÁ et al, 2020; RAIOL, 2020; BOTERO et al, 2021).

De Magalhães e Baptista (2021) ressaltaram que o período de pandemia trouxe modificações na rotina diária de atividade física, mas também resultou no aumento do período de tempo exposto às mídias sociais, além da constante exposição a

videoconferências e redes sociais, e destacam que esses fatores podem potencializar um conceito negativo do próprio corpo, gerando comparações com o corpo demonstrado nas mídias, aumentando o risco de insatisfação com a IC e possíveis transtornos alimentares.

2.2 Imagem corporal e sua percepção

A IC parte de um conceito multidimensional, dinâmico, e corresponde a uma ilustração que o indivíduo constrói em sua mente, associada a percepções, sentimentos, pensamentos e ações em relação ao corpo humano (SANTOS et al., 2021; ALVES et al, 2020). A representação mental que o indivíduo tem do próprio corpo, se caracteriza como autoimagem corporal, considerando tamanho, estrutura e forma do próprio corpo, além dos sentimentos a respeito dessas características e das suas partes constituintes (COSTA; TORRE; ALVARENGA, 2015; SLADE, 1994).

A percepção da IC é configurada como um processo complexo, que envolve aspectos cognitivos, afetivos, sociais e culturais, e sofre influência da sociedade, amigos, família e principalmente da mídia, com a imposição de um padrão de beleza, estimulando a valorização de padrões associados a um corpo perfeito. Todos esses aspectos podem desencadear uma autoimagem corporal negativa, gerando assim uma insatisfação com o próprio corpo. (BRUGIOLO et al., 2022; FRANK et al., 2016).

O indivíduo insatisfeito com a sua IC tende a sofrer com as diferenças entre o seu corpo atual e o corpo idealizado por ele (SANTOS et al., 2021; CARDOSO et al., 2020). Há algum tempo, estudos têm investigado a insatisfação com a IC, e possíveis transtornos associados, na população. Dentro desta área, a investigação acerca desses transtornos associados a universitários é uma das principais vertentes de pesquisa observadas.

Os universitários são, geralmente, indivíduos que estão entre a adolescência e a vida adulta, e que geralmente passam por diversas modificações em seu cotidiano devido ao início da vida acadêmica. A vida universitária, diante disso, tende a ser caracterizada por uma elevada pressão psicológica para cumprir prazos e diminuição do tempo disponível para alimentação de qualidade e atividade física adequada (MIRANDA et al., 2012).

Nessa perspectiva, Silva et al. (2019), demonstraram que dos universitários avaliados em seu estudo, 59,8% dos homens e 55,2% das mulheres apresentaram insatisfação com a IC. Em ambos os sexos foi relatada associação significativa entre a insatisfação corporal, IMC e circunferência de cintura. Todavia, enquanto as mulheres demonstraram maior insatisfação pelo excesso de peso, os homens se mostraram mais insatisfeitos pela magreza. Assim, os autores destacaram a relação deste resultado com os padrões de beleza impostos na sociedade, na qual o corpo magro é geralmente associado ao belo para o sexo feminino, e a muscularidade elevada associada a beleza para o sexo masculino.

Ainda, quanto a insatisfação com a IC, em uma amostra de 364 graduandos da área de saúde identificou-se uma prevalência de insatisfação corporal equivalente a 9,1%, estando associada significativamente com a presença de atitudes para transtorno alimentar, ansiedade, sintomas depressivos e realização de tratamento para perda de peso (CARDOSO et al., 2020).

2.3 Sintomas depressivos

Os sintomas depressivos são reconhecidamente um problema de saúde pública, que afetam principalmente a vida social do indivíduo. Eles são caracterizados por mudanças de humor, no apetite, no sono, além de dificuldades de concentração, e cansaço, com alterações cognitivas e psicomotoras (GROLLI, WAGNER, DALBOSCO, 2017; DEL PORTO, 1999).

De acordo com o Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DMS-5) (APA, 2014) a depressão é enquadrada enquanto uma categoria múltipla de transtornos que são representados pela ausência do afeto positivo, e que podem chegar a comprometer de forma grave o humor do indivíduo.

Segundo a OMS, os sintomas depressivos estão entre as principais causas incapacitantes do mundo, com estimativa de aproximadamente 300 milhões de pessoas apresentando sintomas. O Brasil é o segundo país com maior prevalência no continente americano e o quinto país com mais casos de sintomas depressivos no mundo, isso representa, em números brutos, 11,5 milhões de pessoas, cerca de 5,8% da população brasileira (TOTI; BASTOS; RODRIGUES, 2019; WHO, 2017).

Diante dos dados, devido às condições adversas que o contexto acadêmico pode disponibilizar, uma população sensível para desenvolvimento dos sintomas depressivos são os estudantes universitários. A fase acadêmica é um momento de construção profissional permeado por constantes questionamentos e medos quanto ao futuro laboral e financeiro, além das demandas associadas ao próprio curso de graduação (DO NASCIMENTO et al., 2020; SAKAE, PADÃO, JORNADA, 2010).

Além disso, o ingresso na vida acadêmica pode coincidir com a fase de transição entre a adolescência e a fase adulta, trazendo consigo importantes mudanças fisiológicas, cognitivas e sociais (BRONDANI, et al., 2019), final da puberdade e seus efeitos (fim do crescimento ósseo, amadurecimento do sistema reprodutor), estabelecimento de uma identidade, escolhas de carreira e qualificações acadêmicas, separação-individação da família, independência residencial dos pais (LEME et al, 2016; MOTA, ROCHA, 2012).

Nessa perspectiva, Bresolin et al. (2020) investigaram os sintomas depressivos e fatores associados em universitários da área de saúde, sendo observado que cerca de 24% da amostra apresentavam sintomas depressivos de moderado a grave, com associação significativa para os estudantes que apresentavam sobrepeso, que não praticavam atividade física e que não dispunham de tempo para atividades de lazer.

O estudo de Toti, Bastos e Rodrigues (2019) averiguou os sintomas depressivos especificamente em estudantes do curso de Educação Física, e foi observado que 41,3% da amostra estavam entre provável e/ou possíveis sintomas depressivos. Também foi observado que estudantes que praticavam mais de 150 minutos semanais de atividade física apresentaram menor risco para sintomas depressivos.

Referente aos impactos que o exercício físico tem sobre o desenvolvimento dos sintomas depressivos, Veigas e Gonçalves (2009) identificaram que a prática de exercício físico promove efeitos benéficos sobre os níveis de depressão, ansiedade e estresse, mesmo nos indivíduos que o praticam em frequência abaixo do recomendado. Vale ressaltar a importância de manter a prática de atividade física regular, de acordo com níveis recomendados pela OMS (2020), pois estudos demonstram que indivíduos com níveis mais altos de atividade física são menos

propensos a desenvolverem sintomas depressivos e outros transtornos mentais (SCHUCH, VANCAMPFORT; 2021).

2.4 Atividade física em tempos de pandemia

Por definição, a atividade física é qualquer movimento corporal realizado pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético acima dos valores basais (CARPESSEN; POWELL; CHRISTENSON, 1985). Nesse contexto, podemos subdividir a atividade física em diversos tipos, como atividades esportivas, laborais (realizada no trabalho ou no lar), de lazer, de transporte ativo e atividades para reabilitação (para pessoas em recuperação física) (LOURENÇO et al., 2017; WHO, 2010).

Muito já se produziu acerca dos impactos positivos e da necessidade da prática de atividade física como meio de melhorar a saúde e a qualidade de vida do ser humano, sendo fundamental em qualquer idade. A prática regular de atividade física traz diversos benefícios consigo, como: a prevenção e retardo das doenças crônicas, a exemplo a diabetes, hipertensão arterial; prevenção e manutenção dos equilíbrios biológico, psicológico e social; além de bem estar social, individual e promoção de saúde mental (BATISTA FILHO; JESUS; ARAÚJO, 2017; WHO, 2020).

Em contrapartida, a inatividade física – definida como a condição de não atingir as diretrizes de saúde pública para os níveis recomendados de atividade física (HALLAL et al., 2012) – e sedentarismo – que seria a ausência ou irregularidade de atividade física, de maneira insuficiente para trazer benefícios a saúde (ARAÚJO, 2007) – trazem diversos impactos negativos a saúde do indivíduo. Além disso, quanto maior o tempo de exposição a esses comportamentos de risco, maior o desconforto físico e emocional, menor a capacidade funcional do corpo, e maior o risco de doenças cardíacas (FILGUEIRA et al., 2021).

Atualmente, com o cenário pandêmico, a OMS recomenda entre 150 a 300 minutos de atividade física de intensidade moderada, ou pelo menos de 75 a 150 minutos de atividade física aeróbia de intensidade vigorosa (WHO, 2020), vale ressaltar que antes da pandemia essa recomendação era de 150 minutos de atividade física moderada e 75 minutos de intensidade vigorosa.

Em tempos de pandemia a importância da prática de atividades físicas ficou em evidência em diversas discussões e estudos, resultado do isolamento social necessário para contenção do avanço do SARS-CoV-2, e consequente aumento do sedentarismo devido a privação de acessibilidade a academias públicas ou privadas, e os impactos positivos de ser fisicamente ativo para redução dos riscos da Covid-19. Laddu et al. (2021), sugerem que o sistema imunológico é responsivo à atividade física, e que há reduções significativas no risco de mortalidade para doenças respiratórias em indivíduos fisicamente ativos (LAVIE et al., 2015).

A atividade física também pode ser discutida como uma opção de tratamento não medicamentosa para estabilidade e melhora da saúde mental. A OMS define saúde mental como um estado de bem-estar onde o indivíduo é capaz de usar suas habilidades pessoais, ter uma boa recuperação do dia a dia cansativo, ser produtivo, e estar apto a contribuir com a sua comunidade (GAINO et al., 2018; LOURENÇO et al., 2017).

Estudos vêm enfatizando a importância da promoção da saúde mental, e como isso pode ser alcançado, principalmente através de um estilo de vida saudável, associado à prática regular de atividade física. Giesta (2016) evidencia que quanto menor o nível de atividade física do indivíduo, maior o fator de risco relacionado ao bem-estar e à saúde mental. Oliveira (2014) destaca que estudantes universitários encontram diversas barreiras para praticar de forma regular a atividade física, devido à falta de tempo (tempo esse dedicado a cumprir prazos estabelecidos durante o período acadêmico), falta de interesse, falta de oportunidade e também a falta de dinheiro.

Avaliar a saúde mental e verificar os fatores que possam trazer benefícios, ou investigar fatores que podem estar associados à uma piora da qualidade de vida do estudante universitário, nos ajuda a fornecer dados para que seja possível o planejamento de intervenções e ampliação dos serviços de saúde a fim de atender tais demandas sociais. Além disso, considerar a influência do período pandêmico nessas variáveis, numa população propícia ao desenvolvimento de possíveis transtornos de origem mental, devido a todas as mudanças ocorridas a partir da entrada na vida acadêmica, só reforça a relevância desta pesquisa.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Verificar associações entre a insatisfação com a IC, sintomas depressivos e prática de atividade física durante a pandemia em estudantes universitários

3.2 Objetivos específicos

- Caracterizar a população quanto aos aspectos socioeconômicos;
- Determinar o nível de insatisfação corporal na população estudada;
- Estimar a prevalência de sintomas depressivos da população estudada;
- Identificar alterações na prática de atividade física durante a pandemia na população em questão;
- Avaliar possíveis associações entre a insatisfação com a IC, sintomas depressivos e prática de atividade física;
- Analisar associações entre a insatisfação com a IC, sintomas depressivos, prática de atividade física e aspectos socioeconômicos.

4. METODOLOGIA

4.1 Desenho e local de estudo

Tratou-se de um estudo epidemiológico observacional analítico de corte transversal. Se torna vantajoso por ser simples, prático, não invasivo e de baixo custo, com utilização de equipamentos portáteis e duráveis, além de ser útil para estudos descritivos relativos ao espectro clínico da doença e para inquéritos de prevalência (BASTOS; DUQUIA, 2007).

A pesquisa foi realizada durante o período pandêmico da Covid-19, no Centro Acadêmico de Vitória – Universidade Federal de Pernambuco, localizado na cidade de Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil.

4.2 População e Amostra

A população estudada foi constituída por universitários, de ambos os sexos, com idade entre 18 e 45 anos, devidamente matriculados na instituição investigada, nos cursos de Bacharelado em Educação Física, Nutrição, Enfermagem e Saúde Coletiva; e Licenciatura em Educação Física e Ciências Biológicas.

A fim de determinar o tamanho amostral, realizou-se um cálculo considerando os resultados de um estudo original que utilizou o mesmo questionário para verificação da insatisfação com a IC. A pesquisa denominada de “Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento” foi conduzida em uma população similar à investigada no presente trabalho. O estudo contou com uma amostra de 535 universitários de ambos os sexos (54,2% do sexo feminino) com média de idade de 20,82 anos ($DP \pm 3,03$). Obteve-se com o estudo uma proporção de 10,1% para insatisfação com a IC (MIRANDA et al, 2012).

Para determinação do tamanho amostral considerou-se:

- O tamanho populacional de 1671 estudantes do Centro Acadêmico de Vitória, de acordo com dados obtidos através da escolaridade da instituição;
- A margem de erro de 5,0%;
- Confiabilidade de 95% de que a margem de erro não seja ultrapassada;
- Proporção esperada de 10,1% (MIRANDA et al, 2012).
- Os cálculos foram realizados pelo programa EPI-INFO.

O cálculo utilizado para obtenção do tamanho amostral foi:

$$m = \frac{z^2 p_e (1 - p_e)}{e^2}$$

$$n = \frac{m}{1 + \frac{m - 1}{N}}$$

No qual:

m= Tamanho amostral;

z= Valor da curva normal relativa à confiabilidade de 95% (1,96);

p_e = Proporção esperada igual a 10,1%;

e = Erro de 5,0% (0,05);

N = Tamanho populacional igual a 1.671 universitários.

Através deste cálculo, obteve-se uma amostra igual a 129 estudantes. No entanto, a fim de evitar possíveis perdas de dados, foi acrescido 20% do valor inicial da amostra, o que resultou numa amostra final de 155 estudantes.

4.3 Critérios de inclusão e exclusão

Os estudantes universitários incluídos foram aqueles devidamente matriculados na instituição de ensino selecionada, que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e preencheram completamente todos os questionários da presente pesquisa.

Os não elegíveis foram universitários que apresentaram diagnóstico de transtorno mental ou tratamento psicoterapêutico já existente, ou alguma outra condição que interferia nos resultados do estudo. Também foram excluídos aqueles que preencheram de forma incompleta os questionários de avaliação e não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

4.4 Recrutamento dos participantes

Os participantes foram recrutados através das redes sociais, com auxílio dos professores e coordenações dos cursos presentes na instituição, para divulgação da pesquisa e dos questionários nas salas de aula virtuais.

4.5 Identificação das variáveis

Para a identificação das variáveis, foram utilizados instrumentos de rastreamento validados para o uso na população brasileira. A avaliação foi realizada de forma indireta, por meio de questionários em formato online através da plataforma Google Forms.

4.5.1 *Insatisfação com a imagem corporal*

A avaliação sobre o nível de satisfação do indivíduo com o próprio corpo, foi determinada pelo *Body Shape Questionnaire* (BSQ), questionário desenvolvido por Copper et al. (1987) e validado por Cordás e Castilho (1994). O instrumento conta com 34 perguntas, e classifica a insatisfação com a IC entre leve (81-110), moderada (111-140) ou grave (>140) (ANEXO B).

4.5.2 *Sintomas depressivos*

O Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para Depressão (QAEH-D) é um instrumento utilizado para identificação de sintomas depressivos. Este instrumento foi desenvolvido por Carr et al. (1981) na Universidade de Londres a partir de modificações na Escala de Depressão de Hamilton (HAMILTON, 1967), como é o caso da adição de itens para ideação suicida. A tradução para o português do QAEH-D (RAMOS DE CARVALHO et al., 1993) conservou o conteúdo do questionário original. Ele foi validado com um bom desempenho psicométrico na população brasileira (MORAES, 1996) (ANEXO C).

No total, o QAEH-D ficou com 18 itens. A contagem dos pontos é feita de forma crescente tomando como referência “Não” = 0. Ao tornar 10 o ponto de corte para a contagem dos scores, os indivíduos que apresentaram pontuação total maior que esse valor indicam a presença de sintomas depressivos (CARR et al., 1981).

4.5.3 *Prática de atividade física durante a pandemia*

A avaliação do possível aumento ou diminuição da atividade física durante a pandemia, foi realizado através da pergunta: “Com relação a atividade física durante a pandemia você:” disponibilizada no questionário online, no qual o indivíduo poderia responder de forma subjetiva as opções “aumentou a prática de atividades físicas”,

“diminuiu a prática de atividades físicas” e “manteve a prática de atividades físicas”; podendo, dessa forma, verificar se houve alteração na prática regular de atividade física.

4.5.4 Avaliação socioeconômica da Amostra

Para a caracterização da amostra, foi utilizado um questionário baseado nos Critérios de Classificação Socioeconômica Brasil, desenvolvidos pela Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2019). Ele forneceu dados sobre a idade, sexo, curso de graduação, e econômicos, estratificando a amostra nos níveis econômicos A (renda média 23.345,11), B1 (renda média 10.386,52), B2 (renda média 5.363,19), C1 (renda média 2.965,69), C2 (renda média 1.691,44) e D/E (renda média 708,19) (APÊNDICE A).

4.6 Procedimentos para coleta de dados

Após o recrutamento dos participantes, os questionários em forma digital foram enviados para os participantes através do e-mail institucional e redes sociais. Desta forma, os indivíduos tinham acesso aos questionários que estavam digitalizados na plataforma Google Forms através de um link disponibilizado pelo pesquisador.

Primeiramente os indivíduos responderam ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para então terem acesso aos instrumentos de avaliação. Foi exposto pelo pesquisador de maneira clara e direta qual a finalidade dos documentos, o que estava contido neles e também como preenchê-los no TCLE.

Os questionários não possuíam tempo limite para responde-los então os indivíduos poderiam responder assim que estivessem o tempo livre para dar devida atenção ao que estava sendo abordado. Em todo processo de coleta de dados, o pesquisador esteve disponível para sanar possíveis dúvidas, assim como resolver problemas de acesso ao questionário.

4.7 Análise e interpretação dos dados

Para análise estatística, utilizou-se o software estatístico SPSS, versão 21.0. Realizou-se inicialmente análise descritiva de cada variável, por meio da frequência,

valores médios e desvios-padrão. Foi utilizado o teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar normalidade das variáveis numéricas.

O teste Qui-quadrado de Pearson foi aplicado para analisar possíveis associações entre as variáveis qualitativas (cursos, sexo e classificação econômica, insatisfação com IC, sintomas depressivos e atividade física durante a pandemia). Para a comparação das médias dos escores dos instrumentos entre ambos os sexos, foi utilizado o teste t de *Student*. Utilizou-se nível de significância de 5% ($\alpha = 0,05$) para todas as análises.

4.8 Aspectos éticos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Pernambuco (nº do parecer: 4.354.266) (ANEXO A). Os participantes foram informados previamente sobre o conteúdo e riscos que envolveram a pesquisa, através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para maiores, o qual se encontra no artigo II da Resolução nº 466/12, onde os mesmos atestaram a voluntariedade de participação no estudo, já que não ocorreu nenhuma forma de remuneração, bem como tiveram resguardado o direito de se desvincular da pesquisa a qualquer momento.

Os riscos estavam ligados a algum constrangimento que o participante pudesse ter ao responder os questionários. No entanto, o indivíduo pôde desistir de participar da pesquisa em qualquer etapa, antes ou após o início da coleta dos dados, bem como esteve absolutamente livre para não responder alguma pergunta que não ache pertinente.

Os benefícios estavam ligados as instruções devidas de como procurar ajuda profissional no serviço especializado da instituição pública referida.

As informações deste estudo são confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, sem haver a identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a participação do/a voluntário (a). Os dados coletados no estudo ficarão armazenados em computador do grupo de pesquisa de Comportamento e Transtorno Alimentar – UFPE,

de inteira responsabilidade do pesquisador (a), na Rua Alto do Reservatório S/n Bela Vista, Vitória de Santo Antão-PE, CEP: 55608-680, pelo período de no mínimo 5 anos.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O atual estudo buscou avaliar a prevalência de insatisfação com a IC e suas associações com sintomas de depressão, prática de atividade física, além de aspectos socioeconômicos, em universitários durante a pandemia de Covid-19. Tal pesquisa foi conduzida pela necessidade de investigar essas variáveis em estudantes universitários do interior de Pernambuco submetidos às mudanças geradas devido ao contexto pandêmico.

Participaram do estudo 297 estudantes que concluíram os procedimentos da coleta de forma adequada, dentre eles 73,4% eram do sexo feminino. A idade dos indivíduos variou entre 18 e 39 anos, sendo verificada a idade média de $21,83 \pm 3,52$. Com relação às variáveis socioeconômicas, 68% da amostra pertencia às classes C1, C2 e D/E, estando a maior parte na classe C2 (25,6%) e na C1 (21,5%). Além disso, foi observado que estudantes do curso de Bacharelado em Enfermagem (25,9%) e Bacharelado em Nutrição (23,2%), integraram maior parte da amostra (Tabela 1).

Tabela 1 – Características socioeconômicas e cursos da amostra. Vitória de Santo Antão-PE, Brasil, 2022.

Variável	N	%	Média	DP
Total	297	100		
Idade			21,83	3,52
Sexo				
Masculino	79	26,6		
Feminino	218	73,4		
Classificação socioeconômica				
A	8	2,7		
B1	21	7,1		
B2	66	22,2		
C1	64	21,5		
C2	76	25,6		
D/E	62	20,9		

Cursos

Bacharelado em Educação Física	48	16,2
Bacharelado em Enfermagem	77	25,9
Bacharelado em Nutrição	69	23,2
Bacharelado em Saúde Coletiva	29	9,8
Licenciatura em Ciências Biológicas	37	12,5
Licenciatura em Educação Física	37	12,5

Fonte: De autoria própria.

Nota: Tabela elaborada pelo autor com base nos resultados obtidos na pesquisa.

A presente pesquisa identificou que a maioria de sua amostra apresentou insatisfação com a IC. O BSQ indicou que 51,9% dos indivíduos apresentavam insatisfação, sendo 26,9% entre moderada e grave. Quanto aos sintomas depressivos, o QAEH-D verificou que a maior parte (58,2%) da amostra apresentavam sintomas depressivos (Tabela 2).

Tabela 2 – Caracterização da amostra de acordo com as variáveis analisadas. Vitória de Santo Antão-PE, Brasil, 2022.

Variável	N	%
Total	297	100
Classificação da insatisfação com a imagem corporal (BSQ)		
Nenhuma	143	48,1
Leve	74	24,9
Moderada	42	14,1
Grave	38	12,8
Classificação dos sintomas depressivos (QAEH-D)		
Ausente	124	41,8
Com sintomas depressivos	173	58,2
Classificação da prática de atividade física durante a pandemia		
Aumentou	89	30
Diminuiu	168	56,6
Manteve	40	13,5

Fonte: De autoria própria.

Nota: Tabela elaborada pelo autor com base nos resultados obtidos na pesquisa.

Algumas pesquisas realizadas com o público universitário vêm demonstrando dados parecidos com os obtidos no presente estudo. Em uma amostra de 225 estudantes, com idade média de 22,65 anos $\pm 4,77$, foi observado, através do BSQ que 51,1% da amostra tiveram algum grau de insatisfação corporal. Nota-se assim, a

proximidade dos resultados obtidos entre os dois estudos, utilizando a mesma ferramenta de identificação de insatisfação da IC (KESSLER; POLL, 2018).

Outros estudos também evidenciaram resultados semelhantes utilizando o BSQ. Em pesquisa com 300 universitárias cearenses do curso de Nutrição, foi constatado que 47% da amostra apresentavam insatisfação com a IC (BANDEIRA et al, 2016). Em outro levantamento, com 306 adultos não universitários, foi observado 52% de insatisfação corporal (DE OLIVEIRA CRUZ; CAMPOS; DA COSTA MAYNARD, 2021).

No entanto, em levantamento realizado com 535 estudantes de diversas áreas de conhecimento da UFJF, observou que apenas 10,1% da amostra apresentavam insatisfação corporal (MIRANDA et al, 2012). E em outro estudo com amostra 100 estudantes do curso de Educação Física, visualizou prevalência de 26% de insatisfação com a IC (SOUSA et al, 2015). Essas diferenças na prevalência podem ser ocasionadas pelo tamanho da amostra, ou até mesmo pelos cursos escolhidos para compor a pesquisa.

Afim de compreender esses resultados e as diferenças de prevalência entre eles, mostra-se importante a investigação acerca dos fatores que possam estar associados ao risco de surgimento do conceito negativo quanto ao próprio corpo.

Com relação aos sintomas depressivos, o presente estudo identificou 58,2% dos estudantes com pontuação positiva. Esse resultado é relativamente maior do que os encontrados em outros estudos. Como a pesquisa de Bresolin et al. (2020), que utilizou outro instrumento de verificação para sintomas depressivos, o Inventário de Depressão de Beck (BDI), com uma amostra de 792 estudantes universitários, e encontrou uma prevalência de 23,6%.

Um outro estudo realizado com 558 universitários do estado de São Paulo, com idade média de 21 anos ($\pm 3,2$), observou uma prevalência de apenas 5,4% com sintomas depressivos, também utilizando o BDI (MALTONI; DE CAMARGO PALMA; NEUFELD, 2019). Essa disparidade entre os resultados obtidos na atual pesquisa e os citados, podem ser ocasionados pela utilização de instrumentos diferentes para verificação da variável, porém, vale ressaltar a validação do QAEH-D (MORAES,

1996), assim como dos seus parâmetros psicométricos, para a população aqui estudada.

Quanto à prática de atividade física durante a pandemia, foi observado que 56,6% da nossa amostra apresentaram redução (Tabela 2). Malta et al. (2020) descrevem em sua amostra de 45.161 indivíduos adultos, que 30,1% praticavam de maneira regular atividade física antes da pandemia, e com o início da mesma, esse número caiu para 12%. Esse número alerta para o aumento de comportamentos de risco à saúde, com aumento do sedentarismo, e impacto negativo na qualidade de vida da população (GOETHALS et al, 2020).

Não foi encontrada associação significativa entre a prática de atividade física durante a pandemia com as variáveis sexo ($p=0,818$), curso ($p=0,203$), a insatisfação corporal ($p=0,229$) e sintomas depressivos ($p=0,171$) (Tabela 3).

Tabela 3 – Associação entre a prática de atividade física, variáveis socioeconômicas, insatisfação com a imagem corporal e sintomas depressivos. Vitória de Santo Antão-PE, Brasil, 2022.

Prática de atividade física durante a pandemia de COVID-19							
Variável	Aumentou		Diminuiu		Manteve		Valor p
	n	%	n	%	n	%	
Grupo total	89	30	168	56,6	40	14	
Sexo							p = 0,818
Masculino	22	28	45	57	12	15	
Feminino	67	31	123	56,4	28	13	
Curso							p = 0,202
Bacharelado em Educação Física	15	31	23	54,2	7	15	
Bacharelado em Enfermagem	31	40	33	42,9	13	17	
Bacharelado em Nutrição	22	32	38	55,1	9	13	
Bacharelado em Saúde Coletiva	6	21	20	69	3	10	
Licenciatura em Ciências Biológicas	8	22	24	64,9	5	14	
Licenciatura em Educação Física	7	19	27	73	3	8,1	
BSQ							p = 0,229
Nenhuma	44	31	72	50,3	27	19	
Leve	21	28	47	63,5	6	8,1	
Moderada	12	29	26	61,9	4	9,5	
Grave	12	32	23	60,5	3	7,9	

QAEH-D

p= 0,171

Ausente	37	30	65	52,4	22	18
Com sintomas depressivos	52	30	103	59,5	18	10

Fonte: De autoria própria

Teste Qui-quadrado de Pearson.

Considerando que não houveram associações significativas, é importante discutir alguns dados interessantes quanto a essa relação. O estudo de Mendes et al. (2021), que realizou o levantamento sobre a prática de atividade física em universitários (N = 218) durante a pandemia, observou que 83,5% da amostra relataram que foram impactados negativamente nas práticas regulares de atividade física durante a pandemia.

Em outra investigação, com 137 universitários do Piauí, identificou que durante a pandemia houve um aumento de 21% na inatividade física, com aumento de 533% no comportamento sedentário, utilizando para verificação da variável o inquérito nacional ConVid – Behavior Survey (RIBEIRO et al, 2022). Com base nisso, vale ressaltar que a inatividade física está associada a efeitos adversos a saúde, e demonstra a importância de refletir sobre possíveis estratégias para a prática de atividade física, considerando o cenário limitante que a pandemia provocou.

O estudo de Ferrari et al. (2012) também buscou associações entre insatisfação corporal e prática de atividade física em universitários, e verificaram que a IC não está relacionada ao fato do indivíduo ser ativo fisicamente ou inativo, sugerindo que a insatisfação surge a partir de outros fatores como influência das mídias digitais e internalização de um corpo ideal.

Em relação à prática de atividade física e sintomas depressivos, uma pesquisa com 173 discentes encontrou associação entre a prática de atividade física e a menor prevalência de sintomas depressivos, apontando ainda sugestões quanto a implementação de programas de atividade física na instituição de ensino, objetivando prevenir e minimizar os sintomas depressivos nos acadêmicos (MAIA et al, 2020).

Encontrou-se associação significativa entre insatisfação com a IC e as variáveis sexo, curso e sintomas depressivos. No que se refere a variável sexo, foi observado que 57,9% das mulheres apresentavam algum grau de insatisfação corporal, sendo 33,1% entre moderada e grave. Ao comparar os scores obtidos no BSQ entre homens

e mulheres, foi possível encontrar diferença estatisticamente significativa por meio do teste t ($T(180,631) = -5,302$; $p < 0,05$). Foi possível verificar que as mulheres apresentaram maiores índices de insatisfação com IC ($M=95,15$; $DP=38,54$) do que homens ($M=72,84$; $DP=29,34$) (Tabela 4).

Tabela 4 – Associação da insatisfação com a imagem corporal, variáveis sociais e sintomas depressivos. Vitória de Santo Antão-PE, Brasil, 2022.

Variável	Insatisfação com a imagem corporal (BSQ)								Valor p
	Nenhuma		Leve		Moderada		Grave		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Grupo total	143	48,1	74	24,9	42	14,1	38	12,8	
Sexo									*p = 0,001
Masculino	51	64,6	20	25,3	5	6,3	3	3,8	
Feminino	92	42,1	54	24,8	37	17	35	16,1	
Curso									*p = 0,039
Bacharelado em Educação Física	26	54,2	14	29,2	3	6,3	5	10,4	
Bacharelado em Enfermagem	37	48,1	18	23,4	12	15,6	10	13	
Bacharelado em Nutrição	42	61	14	20,3	9	13	4	5,8	
Bacharelado em Saúde Coletiva	7	24,1	11	37,9	3	10,3	8	27,6	
Licenciatura em Ciências Biológicas	13	35,1	9	24,3	7	19	8	21,6	
Licenciatura em Educação Física	18	48,6	8	21,6	8	21,6	3	8,1	
QAEH-D									*p < 0,001
Ausente	87	70,2	28	22,6	7	5,6	2	1,6	
Com sintomas depressivos	56	32,4	46	26,6	35	20,2	36	20,8	
Classificação socioeconômica									p = 0,696
Classe A	3	37,5	3	37,5	1	12,5	1	12,5	
Classe B1	9	42,9	5	23,8	4	19	3	14,3	
Classe B2	32	48,5	11	16,7	12	18,2	11	16,7	
Classe C1	31	48,4	14	21,9	8	12,5	11	17,2	
Classe C2	33	43,4	25	32,9	10	13,2	8	10,5	
Classe D/E	35	56,5	16	25,8	7	11,3	4	6,5	

(*) Associação significativa a 5%

Teste Qui-quadrado de Pearson

Fonte: De autoria própria

Nota: Tabela elaborada pelo autor com base nos resultados obtidos na pesquisa.

A literatura traz dados similares acerca da prevalência de insatisfação corporal no sexo feminino. Em uma amostra composta por 306 indivíduos, utilizando a mesma ferramenta de verificação, 52% da amostra demonstravam algum grau de insatisfação

corporal, sendo 45,4% do sexo feminino, e 6,5% do sexo masculino (DE OLIVEIRA CRUZ; CAMPOS; DA COSTA MAYNARD, 2021).

Em outro estudo, também utilizando o BSQ, com uma amostra de 535 universitários, a pontuação média do sexo feminino foi de 76,91 ($\pm 30,27$), e do sexo masculino de 57,45 ($\pm 22,72$) (MIRANDA, 2012). Esses dados corroboram com os encontrados na atual pesquisa, onde podemos presumir que as mulheres estão mais propícias ao risco de insatisfação com a IC, principalmente pelo desejo de atingir os padrões de beleza impostos pela sociedade e mídias digitais (KRESSLER; POLL, 2018)

Ao analisar o resultado da insatisfação com a IC por cursos, é possível detectar os que apresentaram maior insatisfação corporal, considerando os 3 graus possíveis pelo BSQ. Bacharelado em Saúde Coletiva apresentou 75,9% de insatisfação corporal, sendo 27,6% com score grave, e estudantes de Licenciatura em Ciências Biológicas também apresentaram um número alto de insatisfação corporal, cerca de 65%, e desses, 40% entre moderado e grave.

Vale ressaltar que os dois cursos com maiores prevalências foram os que se apresentaram em menor número na amostra, esse dado pode ter influenciado na comparação com outros cursos.

Em contrapartida, foi observado que os cursos que apresentaram maiores percentuais dentro do grupo com nenhum grau de insatisfação corporal foram Bacharelado em Educação Física e Nutrição, com 54,2% e 61% respectivamente. Dados que confrontam com o que aponta a literatura (LIMA et al, 2020; FERRARI; SILVA; PETROSKI, 2012).

Pesquisas mostram estudantes dos cursos de Educação Física e Nutrição como grupos de risco para distúrbios de alteração de IC, principalmente pelo campo de atuação da área estar vinculado fortemente com a melhora da aparência física dos clientes, e consequentemente, os profissionais estarem sujeitos a buscarem um padrão de corpo para servirem de exemplo (OLIVEIRA et al, 2017). Além disso, Souza e Alvarenga (2016) destacam que a maioria dos estudos realizados buscando essa associação são realizados com estudantes de Educação Física e Nutrição.

No que diz respeito aos sintomas depressivos e sua associação significativa com insatisfação corporal, foi possível observar que 70,2% da amostra com ausência de sintomas depressivos, não indicaram nenhum grau de insatisfação. Em contrapartida, 67,6% dos que apresentaram sintomas depressivos apontaram algum grau de insatisfação corporal.

Um levantamento feito por Dell'Osbel et al. (2018), com 829 discentes, verificou que parte da amostra que apresentou insatisfação corporal apresentavam 67% mais possibilidade de desenvolver sintomas depressivos. É importante ressaltar que estudantes universitários, são mais propícios aos sintomas depressivos, do que a população geral, a prevalência de sintomas depressivos nos acadêmicos pode chegar a 34,5%, enquanto na população geral é fica entre 3 a 11% (ACHARYA; JIN; COLLINS, 2018).

Outro estudo que verificou fatores associados a insatisfação corporal em universitários (N=364) encontrou associação significativa com sintomas depressivos, identificando que estudantes que apresentaram sintomas depressivos, tinham 5 vezes mais chances de apresentarem insatisfação corporal, do que os que não apresentaram sintomas (CARDOSO et al,2020).

Essa prevalência aumentada para o público universitário pode ser decorrente das cobranças pelas instituições de ensino, pela sociedade e pelo próprio indivíduo, provocando sentimentos negativos de preocupação e irritabilidade durante a graduação (FERNANDES et al, 2018). Além de muitas vezes o estudante precisar se distanciar geograficamente do núcleo familiar para tentar acompanhar as rotinas de estudos e cumprimento de prazos. No caso do atual estudo, podemos observar que os sintomas depressivos estavam presentes em mais da metade da amostra (58,2%).

Não foram obtidas associações significativas entre a classificação socioeconômica e outras variáveis, porém alguns dados podem ser importantes para compreensão da amostra avaliada.

Apenas 8 indivíduos foram classificados como classe A, e desses, 5 (62,5%) apresentavam algum grau de insatisfação corporal, e dos 21 classificados na classe B1, 12 (57,1%) também apresentaram insatisfação corporal. Dentre as classes possíveis, segundo o questionário utilizado para verificação, a classe A e a classe B1

foram onde obtivemos maiores porcentagens de insatisfação, porém devido ao baixo número de indivíduos nas referidas classes fica difícil inferir uma hipótese para tal dado.

Ainda assim, na literatura é possível encontrar estudos que corroborem com esses dados. Um levantamento com 47 mulheres, identificou que nas classes econômicas mais altas a insatisfação corporal era de 72,22% da amostra, enquanto nas classes econômicas mais baixas, 50% demonstraram estarem satisfeitas com sua autoimagem (BEVILACQUA, 2010). Coelho e De Freitas Fagundes (2007) ressaltam que nas classes socioeconômicas mais altas, há um maior o acesso à informação e as mídias sociais, e conseqüentemente aos padrões de beleza impostos, ocasionando em maior busca pelo corpo ideal.

Quando observamos as classes mais baixas, que conta com maior número de indivíduos, é possível observar que a classe com maior porcentagem no grupo sem insatisfação com a IC, foi a classe D/E, com 56,5%.

Referente as limitações do estudo, vale ressaltar que, a coleta de dados do estudo foi toda realizada de maneira online com escalas autoaplicáveis, conseqüentemente existe a possibilidade de viés de resposta, além do risco de não entendimento de alguns pontos específicos dos questionários.

Os achados trazem informações relevantes quanto ao público universitário, e considerando o tamanho amostral representativo da pesquisa, esses dados apontam com maior precisão características da população estudada, que podem basear futuros estudos ou orientar estratégias que visem minimizar possíveis danos à saúde mental.

Diante do exposto, refletir sobre a saúde mental dos estudantes universitários é relevante. Pensar a partir dos dados apresentados possíveis estratégias que visem transformar a vida acadêmica em um ambiente saudável, que impacte menos negativamente na saúde do indivíduo. Mais da metade da nossa amostra apresentavam insatisfação corporal e sintomas depressivos, além disso também foi observado que mais da metade da amostra diminuiu a prática de atividade física durante a pandemia.

Contudo se observou uma tendência de redução da prática regular de atividade física durante a pandemia. Todavia, mais estudos são necessários a fim de melhor compreender as relações entre insatisfação corporal, sintomas depressivos e prática de atividade física em estudantes universitários do interior de Pernambuco.

6. CONCLUSÃO

Os universitários se apresentaram, de maneira geral, insatisfeitos com a sua imagem corporal. Foram encontradas associações significativas entre insatisfação com a imagem corporal e os sintomas depressivos, sexo e curso. No que concerne a prática de atividade física durante a pandemia, não foi observado associação com insatisfação corporal ou com sintomas depressivos. Possíveis campanhas que visem a conscientização a favor da vida e a importância de prezar pela saúde mental, ações que incentivem a prática de atividade física, dentro e fora da instituição, demonstrando os impactos positivos que podem ser ocasionados e assim, estimulando hábitos saudáveis na população acadêmica.

REFERÊNCIAS

- ACHARYA, L.; JIN, L.; COLLINS, W. College life is stressful today – Emerging stressors and depressive symptoms in college students. **Journal of American College Health**, Washington, v. 66, n. 7, p. 655–664, 22 maio 2018.
- ALMEIDA, L. L. B.; BAPTISTA, T. J. R. Análise da imagem corporal de praticantes de atividades físicas em um centro de práticas corporais. **Pensar a prática**, Goiás, v. 19, n. 3, 2016.
- ALVARENGA, M. S. et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal brasileiro de psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 59, p. 44-51, 2010.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **Referência rápida aos critérios diagnósticos do DSM-IV-TR**, ArtMed. Porto Alegre, 2003.
- ARAÚJO, P. C. DE S. Prevalência de sedentarismo na população adulta de Firminópolis - Goiás, 2006. **repositorio.unb.br**, Brasília, 18 jun. 2007.
- BANDEIRA, Y. E. R. et al. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 2, p. 168–173, jun. 2016.
- BARROS, D. D. IC: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, Rio de Janeiro, v.12, n. 2, p. 547–554, ago. 2005.
- BARROS, M. B. A. et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 29, p. e2020427, 2020.
- BRESOLIN, J. Z. et al. Depressive symptoms among healthcare undergraduate students. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, v. 28, 2020.
- BRONDANI, M. A. et al. Depressão em estudantes universitários: fatores de risco e protetivos e sua relação nesse contexto. **Disciplinarum Scientia | Saúde**, Rio Grande do Sul, v. 20, n. 1, p. 137–149, 21 jun. 2019.
- BRUGIOLO, A. S. S. et al. Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em estudantes universitários. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 28, p. 449–454, 11 mar. 2022.
- CAMPANA, A. N. N. B.; TAVARES, M. C. G. Avaliação da imagem corporal: instrumentos e diretrizes para a pesquisa. In: **Avaliação da imagem corporal: instrumentos e diretrizes para a pesquisa**, São Paulo, 2009. p. 230-230.
- CARDOSO, L. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 69, n. 3, p. 156–164, jul. 2020.
- CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E.; CHRISTENSON, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, Washington, D.C, v. 100, n. 2, p. 126–131, 1 mar. 1985.

COELHO, E. DE J. N.; FAGUNDES, T. DE F. IC de mulheres de diferentes classes econômicas. **Motriz revista de Educação Física**, São Paulo, p. S37–S43, 2007.

COHEN, E. B.; COSTA, A. R. L.; AMBIEL, R. A.. Relação entre sintomas depressivos e esperança cognitiva em universitários. **Revista de Psicologia da IMED**, Rio Grande do Sul, v. 11, n. 2, p. 3-14, 2019.

COOPER, Peter J. et al. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. **International Journal of eating disorders**, Nova Iorque, v. 6, n. 4, p. 485-494, 1987.

CORSEUIL, M. W. et al. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 20, n. 1, p. 25-31, 2009.

COSTA, C. L. A. et al. Influência do distanciamento social no nível de atividade física durante a pandemia do COVID-19. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Londrina, v. 25, p. 1-6, 2020.

DE OLIVEIRA CRUZ, M.; PEREIRA CAMPOS, L.; DA COSTA MAYNARD, D. Influência do comportamento alimentar e da imagem corporal na autoestima de indivíduos. **Advances in Nutritional Sciences**, New Jersey, v. 2, n. 1, p. 94–105, 25 jun. 2021.

DELL'OSBEL, R. S. et al. Sintomas depressivos e fatores associados em estudantes universitários do sul do Brasil. **Ciência & Saúde**, Rio Grande do Sul, v. 11, n. 4, p. 217, 30 dez. 2018.

FARIAS, H. S. DE. O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade. **Espaço e Economia. Revista brasileira de geografia econômica**, Rio de Janeiro, n. 17, 7 abr. 2020.

FERNANDES, M. A. et al. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 71, n. suppl 5, p. 2169–2175, 2018.

FERRARI, E. P.; SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L. Associação entre percepção da imagem corporal e estágios de mudança de comportamento em acadêmicos de educação física. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Santa Catarina, v. 14, n. 5, 24 ago. 2012.

FERRARI, E. P. et al. Insatisfação com a imagem corporal e relação com o nível de atividade física e estado nutricional em universitários. **Motricidade**, Santa Maria da Feira, v. 8, n. 3, p. 52-58, 2012.

FIDELIX, Y. L. et al. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de uma cidade de pequeno porte: associação com sexo, idade e zona de domicílio. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis v. 13, p. 202-207, 2011.

FILGUEIRA, T. O. et al. The Relevance of a Physical Active Lifestyle and Physical Fitness on Immune Defense: Mitigating Disease Burden, With Focus on COVID-19 Consequences. **Frontiers in Immunology**, Lausanne, p. 587146–587146, 2021.

FILHO, I. et al. **ATIVIDADE FÍSICA E SEUS BENEFÍCIOS À SAÚDE**, [s.l.: s.n.].

Disponível em:

<<https://repositorio.unifaema.edu.br/bitstream/123456789/2644/1/3artigo%20nei.pdf>>

. Acesso em: 19 set. 2020.

FRANK, R. et al. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 2, p. 161–167, jun. 2016.

GAINO, L. V. et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo*. **SMAD, Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas**, São Paulo, p. 108–116, 2018.

GIESTA, L. S. G.. **Saúde mental e nível de atividade física em estudantes do Ensino Superior**, São Paulo, 2016. Tese de Doutorado.

GOETHALS, L. et al. Impact of home quarantine on physical activity among older adults living at home during the COVID-19 pandemic: qualitative interview study. **JMIR aging**, Toronto, v. 3, n. 1, p. e19007, 2020.

GROLI, V.; WAGNER, M. F.; DALBOSCO, S. N. P. Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. **Revista de Psicologia da IMED**, Rio Grande do Sul, v. 9, n. 1, p. 87, 14 nov. 2017.

HAMILTON, M. A. X. Development of a rating scale for primary depressive illness. **British journal of social and clinical psychology**, London, v. 6, n. 4, p. 278-296, 1967.

KARLSSON, E. A.; DUONG, V. The continuing search for the origins of SARS-CoV-2. **Cell**, Maryland Heights v. 184, n. 17, p. 4373-4374, 2021.

KESSLER, A. L.; POLL, F. A.. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 67, p. 118-125, 2018.

KREFER, L.; VAYEGO, S. A. Prevalência de sintomas depressivos em estudantes universitários. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health**, Santa Catarina, v. 11, n. 28, p. 170-181, 2019.

LADDU, D. R. et al. Physical activity for immunity protection: Inoculating populations with healthy living medicine in preparation for the next pandemic. **Progress in cardiovascular diseases**, United Kingdom v. 64, p. 102, 2021.

LAVIE, C. J. et al. Effects of running on chronic diseases and cardiovascular and all-cause mortality. In: **Mayo Clinic Proceedings**, Elsevier. New York, 2015. p. 1541-1552.

LOURENÇO, B. S. et al. Atividade física como uma estratégia terapêutica em saúde mental: revisão integrativa com implicação para o cuidado de enfermagem. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 21, 2017.

MALTONI, J.; DE CAMARGO PALMA, P.; NEUFELD, C. B.. Sintomas ansiosos e depressivos em universitários brasileiros. **Psico**, Rio Grande do Sul, v. 50, n. 1, p. e29213-e29213, 2019.

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 do Rio Grande do Sul**, Rio Grande do Sul, v. 32, p. 19-23, 2010.

MENDES, T. B. et al. ATIVIDADE FÍSICA E SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO ENTRE ESTUDANTES DE MEDICINA DURANTE A PANDEMIA. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 27, p. 582-587, 2021.

MIRANDA, V. P. N. et al. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 61, p. 25-32, 2012.

MIRANDA, V. P. N. et al. Imagem corporal em diferentes períodos da adolescência. **Revista Paulista de pediatria**, São Paulo, v. 32, p. 63-69, 2014.

MORAES, J. L. R. Depressão no Hospital Geral: frequência de pacientes deprimidos na clientela de internos do Hospital Universitário Lauro Wanderley [dissertação]. **Universidade Federal de Pernambuco**, Recife, 1996.

NASCIMENTO, J. R. P. DO et al. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 9, n. 9, p. e562997533, 30 ago. 2020.

NASCIMENTO, V. S. do et al. Associação entre transtornos alimentares, suicídio e sintomas depressivos em universitários de cursos de saúde. **Einstein**, São Paulo, v. 18, 2019.

OLIVEIRA, C. D. S. et al. ATIVIDADE FÍSICA DE UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS: UMA REVISÃO DA LITERATURA. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, São Paulo, v. 12, n. 42, 26 jan. 2015.

OLIVEIRA, P. L. et al. Insatisfação, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de cursos da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 66, p. 216-220, 2017.

ORNELL, F. et al. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian Journal of Psychiatry**, São Paulo, v. 42, p. 232-235, 2020.

PEREIRA, M. D. et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020.

PORTO, D.; ALBERTO, J. Conceito e diagnóstico. **Brazilian Journal of Psychiatry**, São Paulo, v. 21, p. 06-11, 1999.

RIBEIRO, B. F. L. et al. O impacto da pandemia da COVID-19 no comportamento sedentário e inatividade física em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, Petrolina, v. 21, n. 1, p. 26-35, 2022.

SAKAE, T. M.; PADÃO, D. L.; JORNADA, L. K.. Sintomas depressivos em estudantes da área da saúde em uma Universidade no Sul de Santa Catarina–UNISUL. **Revista AMRIGS**, Rio Grande do Sul, v. 54, n. 1, p. 38-43, 2010.

SANTOS, M. M. dos et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 70, p. 126-133, 2021.

SCHUCH, F. B.; VANCAMPFORT, D. Physical activity, exercise, and mental disorders: it is time to move on. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, Porto Alegre, v. 43, p. 177-184, 2021.

SCHUELER, P. **A influência da COVID-19 na saúde mental de profissionais**, Disponível em: <<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1972-a-influencia-da-covid-19-na-saude-mental-de-profissionais>>. Acesso em: 19 set. 2020.

SILVA, D.; NUNES, H.. Imagem corporal e estágios de mudança de comportamento para atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Londrina, v. 19, n. 5, p. 597-597, 2014.

SILVA, L. P. R. da et al. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. **Einstein**, São Paulo, v. 17, 2019.

SOUSA, O. G. M. et al. Preocupação com a imagem corporal em discentes do curso de Educação Física. **Cinergis**, Rio Grande do Sul, v. 16, n. 4, 2015.

SOUZA, A. C.; ALVARENGA, M. S.. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários–Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 65, p. 286-299, 2016.

TASSARA, I. G. et al. Prevalência de sintomas psicológicos em tempos de isolamento social. **Brazilian Journal of Health Review**, Paraná, v. 4, n. 1, p. 1295-1309, 2021.

TOTI, T. G.; BASTOS, F. A.; RODRIGUES, P. F. Fatores associados à ansiedade e depressão em estudantes universitários do curso de educação física. **Revista Saúde Física & Mental-ISSN 2317-1790**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 2, p. 21-30, 2019.

VEIGAS, J.; GONÇALVES, M.. A influência do exercício físico na ansiedade, depressão e stress. **Portal dos Psicólogos**, Porto, p. 1-19, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**, World Health Organization, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, t et al. **Global recommendations on physical activity for health**, World Health Organization, 2010.

ANEXO A – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ASSOCIAÇÃO ENTRE O PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 E SINTOMAS DE TRANSTORNOS DE HUMOR E ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS

Pesquisador: Rosana Christine Cavalcanti Ximenes

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 38041420.0.0000.5208

Instituição Proponente: Centro Acadêmico de Vitória de Santo Antão

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.354.266

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um projeto que tem a finalidade de ser o trabalho de iniciação científica da aluna Ester Alana da Costa Souza, que está sob a orientação da Profa. Dra. Rosana Christine Cavalcanti Ximenes, pertencente ao Centro Acadêmico de Vitória de Santo Antão e contará com a participação dos seguintes pesquisadores: Elderson da Silva Guedes, Joanna D'arc de Souza Cintra, Joelma Maria da Silva, Vinicius Belém Rodrigues Barros Soares, e Wesley Alex da Silva Dionísio. Que buscarão estudar os sintomas de ansiedade, depressão e estresse em 400 universitários do município de Vitória de Santo Antão, no período de 01/11/2020 a 30/04/21. Serão aplicados 4 questionários através do google forms e os estudantes serão contatados a partir das redes sociais (Whatsapp, Instagram, Facebook, E-mail).

Objetivo da Pesquisa:

Geral: Verificar associações entre o período de isolamento social com sintomas de ansiedade, depressão e estresse em universitários do município de Vitória de Santo Antão.

Específicos:

- Identificar sintomas de ansiedade, depressão e estresse na população estudada;

Endereço: Av. da Engenharia s/nº - 1º andar, sala 4, Prédio do Centro de Ciências da Saúde

Bairro: Cidade Universitária

CEP: 50.740-600

UF: PE

Município: RECIFE

Telefone: (81)2126-8588

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br

ANEXO B – BODY SHAPE QUESTIONNAIRE (BSQ)

Item	Opções de resposta: 1=Nunca, 2=Raramente, 3=Às vezes, 4=Frequentemente, 5=Muito Frequentemente, 6=Sempre	1	2	3	4	5	6
1	Ter-se sentido entediado(a) fez com você se passasse a preocupar com a sua forma física?	1	2	3	4	5	6
2	Tem estado tão preocupado(a) com a forma do seu corpo que começou a pensar que deveria fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
3	Já lhe ocorreu que as suas coxas, quadril/ancas ou nádegas são grandes demais em relação ao resto do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
4	Tem sentido medo de ficar gordo(a) ou mais gordo(a)?	1	2	3	4	5	6
5	Preocupou-se com o seu corpo não ser firme o suficiente?	1	2	3	4	5	6
6	Sentir-se cheio(a) (por exemplo, depois de ingerir uma refeição grande) fez com que se sentisse gordo(a)?	1	2	3	4	5	6
7	Sentiu-se tão mal com a forma do seu corpo a ponto de chorar?	1	2	3	4	5	6
8	Evitou comer por achar que seu corpo poderia balançar?	1	2	3	4	5	6
9	Estar com pessoas magras, do mesmo sexo que o seu, faz com que se sinta desconfortável com a forma do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
10	Preocupou-se com que as suas coxas poderem ocupar muito espaço quando se senta?	1	2	3	4	5	6
11	Comer, mesmo que uma pequena quantidade de comida, fez com que se sentisse gordo(a)?	1	2	3	4	5	6
12	Tem reparado na forma do corpo de outras pessoas do mesmo sexo que o seu e, ao comparar-se, sentiu-se em desvantagem?	1	2	3	4	5	6
13	Pensar na forma do seu corpo interferiu na sua capacidade de se concentrar noutras atividades (como por exemplo, ver televisão, ler ou acompanhar uma conversa)?	1	2	3	4	5	6
14	Estar nu(nua), por exemplo, durante o banho, fez com que se sentisse gordo(a)?	1	2	3	4	5	6
15	Já evitou usar roupas que o(a) façam reparar mais na forma do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
16	Já imaginou remover (cortar) partes camudas do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
17	Comer doces, bolos e outros alimentos ricos em calorias fez com que se sentisse gordo(a)?	1	2	3	4	5	6
18	Deixou de ir a eventos sociais (como por exemplo, festas) por sentir-se mal com a forma do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
19	Sentiu-se excessivamente grande e arredondado(a)?	1	2	3	4	5	6
20	Sentiu vergonha do seu corpo?	1	2	3	4	5	6
21	A preocupação com a forma do seu corpo levou-o(a) a fazer dieta?	1	2	3	4	5	6
22	Sentiu-se mais contente em relação à forma do seu corpo quando seu estômago estava vazio (por exemplo, pela manhã)?	1	2	3	4	5	6
23	Acredita que a forma do seu corpo se deve à sua falta de auto-controle(o)?	1	2	3	4	5	6
24	Preocupou-se com que outras pessoas vissem dobras na região da sua cintura ou estômago?	1	2	3	4	5	6
25	Pensou que não é justo que outras pessoas do mesmo sexo que o seu sejam mais magras que você?	1	2	3	4	5	6
26	Já vomitou para se sentir mais magro(a)?	1	2	3	4	5	6
27	Quando acompanhado(a), preocupou-se em ocupar um espaço excessivo (por exemplo, sentado(a) num sofá ou no banco de um transporte público)?	1	2	3	4	5	6
28	Preocupou-se com o seu corpo estar com "pneus"?	1	2	3	4	5	6
29	Ver o seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) fez com que se sentisse mal em relação ao seu corpo?	1	2	3	4	5	6
30	Beliscou áreas do seu corpo para ver a quantidade de gordura que existe?	1	2	3	4	5	6
31	Evitou situações nas quais as pessoas pudessem ver o seu corpo (por exemplo, vestiários)?	1	2	3	4	5	6
32	Já tomou laxantes para se sentir mais magro(a)?	1	2	3	4	5	6
33	Sentiu-se particularmente desconfortável com a forma do seu corpo, quando na companhia de outras pessoas?	1	2	3	4	5	6
34	A preocupação com a forma do seu corpo fez com que sentisse que deveria fazer exercício físico?	1	2	3	4	5	6

**ANEXO C – Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para
Depressão (QAEH-D)**

Questionário de Autoavaliação da Escala de Hamilton para Depressão (QAEH-D)					
1. Você está deprimido?			10. Você já tentou ou pretende se matar?		
☐ Não		☐ Um pouco	☐ Não		☐ Sim
☐ Muito		☐ Extremamente			
2. Você sente culpa por coisas que tem dito ou pensado?			11. Você acha que está mais lento que o normal?		
☐ Não		☐ Um pouco	☐ Não		☐ Um pouco
☐ Muito		☐ Extremamente	☐ Muito		☐ Extremamente
3. Você tem demorado par pegar no sono?			12. Você se sente ansioso ou tenso?		
☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre	☐ Não		☐ Um pouco
			☐ Muito		☐ Extremamente
4. Você dorme inquieto, acordando frequentemente?			13. Você sofre de algum sintoma físico?		
☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre	☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre
5. Você tem acordado mais cedo do que o normal e sente-se incapaz de voltar a dormir?			14. Você está preocupado de ter uma séria como câncer ou AIDS?		
☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre	☐ Não		☐ Um pouco
			☐ Muito		☐ Extremamente
6. Você tem perdido o interesse em seu trabalho ou passatempos preferidos?			15. Você tem perdido o interesse em sexo?		
☐ Não		☐ Um pouco	☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre
☐ Muito		☐ Extremamente			
7. Sua vida é sem sentido?			16. Você tem perdido peso, exceto se em dietas?		
☐ Sim		☐ Não	☐ Não		
			☐ Sim, mas as roupas ainda cabem		
			☐ Sim, as roupas estão folgadas		
8. Você tem pensado em acabar com tudo?			17. Você se sente pior pela manhã cedo, mas melhora no decorrer do dia?		
☐ Sim		☐ Não	☐ Não	☐ Às vezes	☐ Sempre
9. Você tem feito planos para se matar?			18. Você sente como que você ou o mundo fossem irreais?		
☐ Sim		☐ Não	☐ Não		☐ Um pouco
			☐ Muito		☐ Extremamente

APÊNDICE A – AVALIAÇÃO SOCIOECONÔMICA

1. Qual a sua idade? _____
2. Você tem irmãos? () Sim () Não **(Se NÃO passe para o item 4);**
3. Que lugar você ocupa com relação aos irmãos?
 () É o (a) filho (a) caçula () É o (a) mais velho (a) () É intermediário (do meio)
4. Até que série seus pais (ou responsáveis) estudaram?

	Mãe/responsável	Pai/responsável
Analfabeto (Nunca foi à escola) / Fundamental incompleto (estudou até a 3ª série).		
Fundamental 1 completo (estudou até a 4ª série) / fundamental 2 incompleto (até a 7ª série)		
Ensino fundamental 2 completo (estudou até a 8ª série).		
Nível médio completo/ superior incompleto		
Ensino superior completo (faculdade)		

5. Quantas pessoas moram na sua casa? _____ pessoas

6. Quantos cômodos têm na sua casa? _____ cômodos.

7. Você fez psicoterapia com psicólogo nos últimos dois anos?

() Sim. Qual abordagem: _____ () Não

10. Sobre a sua casa:

Itens em sua casa	Não tem	TEM (quantidade)			
		1	2	3	4
Banheiros					
Empregados domésticos					
Automóveis					
Microcomputador					
Lava louça					
Geladeira					
Freezer					
Lava roupa					
DVD					
Microondas					
Motocicleta					
Secadora de roupas					

Serviços públicos	Sim	Não
Água encanada		
Rua pavimentada		

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO – UFPE

CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA - CAV

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(PARA MAIORES DE 18 ANOS OU EMANCIPADOS)

Convidamos o (a) Sr. (a) _____ para participar como voluntário (a) da pesquisa intitulada **“INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E SUAS ASSOCIAÇÕES COM SINTOMAS DEPRESSIVOS E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19”**, Esta pesquisa é da responsabilidade do pesquisador Elderson da Silva Guedes, com endereço: Rua E, Nº 11, Redenção, Vitória de Santo Antão – PE, CEP: 55612-050, E-mail: elderson.guedes@ufpe.br, Telefone: (81) 98772-3045, e está sob orientação da Professora Dra. Rosana Christine Cavalcanti Ximenes.

Todas as suas dúvidas podem ser esclarecidas com o responsável por esta pesquisa por telefone, mensagem de texto ou via WhatsApp ou e-mail. Ao assinalar a opção “aceito participar”, a seguir, você atesta sua anuência com esta pesquisa, declarando que compreendeu seus objetivos, a forma como ela será realizada e os benefícios envolvidos, conforme descrição aqui efetuada.

Você estará livre para decidir participar ou recusar-se. Caso não aceite participar, não haverá nenhum problema, desistir é um direito seu, bem como será possível retirar o consentimento em qualquer fase da pesquisa, também sem nenhuma penalidade.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Esta pesquisa tem como objetivo associar quantitativamente: a prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em universitários em decorrência do período de isolamento social;

- O aluno irá responder a perguntas relacionadas à insatisfação com a imagem corporal, depressão, prática de atividade física e à economia da família, por meio de um formulário no Google Forms.
- O aluno tem a **garantia de poder perguntar em qualquer momento** da pesquisa sobre qualquer dúvida e garantia de receber resposta ou esclarecimento a respeito dos procedimentos, riscos, benefícios e outras situações relacionadas à pesquisa;
- Existe total liberdade para **retirar o consentimento e não permitir** sua participação no estudo, em qualquer momento, sem que isso traga qualquer problema ou prejuízo;
- O aluno não será identificado em nenhum momento da pesquisa; todas as informações serão mantidas em sigilo;
- Alunos, que estejam em uso de medicações psiquiátricas, tratamento psicológico ou psiquiátrico, que já apresentem diagnóstico de transtornos

mentais, ou outra condição que interfira nos resultados do estudo não serão incluídos no grupo que passará por análise e interpretação de dados. Entretanto, isso não impede o aluno de responder os questionários, se isso for de sua vontade.

RISCOS: Os riscos estão ligados a algum constrangimento que o participante possa ter ao responder os questionários. No entanto, poderá desistir de participar da pesquisa em qualquer etapa, antes ou após o início da coleta dos dados, bem como o participante estará absolutamente livre para não responder alguma pergunta que não ache pertinente.

BENEFÍCIOS: Serão dadas as instruções devidas de como procurar ajuda profissional em serviços públicos de saúde destinados a este propósito. Além disso, o atual estudo encontra-se vinculado ao projeto de extensão denominado “ADOLESCER: Aprendendo a ser um adolescente saudável numa abordagem interdisciplinar”, que está promovendo debates envolvendo as temáticas de ansiedade, depressão e estresse, através das plataformas digitais e redes sociais. Mesmo que o projeto tenha como principal público os adolescentes, os conteúdos e discussões trazidos por ele são essenciais e podem ser destinados às demais faixas etárias.

Esclarecemos que os participantes dessa pesquisa têm plena liberdade de se recusar a participar do estudo e que esta decisão não acarretará penalização por parte dos pesquisadores. Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa, ficarão armazenados em computador pessoal, sob a responsabilidade da pesquisadora Rosana Christine Cavalcanti Ximenes, no endereço acima informado, pelo período de mínimo 5 anos após o término da pesquisa.

Nada lhe será pago e nem será cobrado para participar desta pesquisa, pois a aceitação é voluntária, mas fica também garantida a indenização em casos de danos, comprovadamente decorrentes da participação na pesquisa, conforme decisão judicial ou extrajudicial. Se houver necessidade, as despesas para a sua participação serão assumidas pelos pesquisadores (ressarcimento de transporte e alimentação).

Em caso de dúvidas relacionadas aos aspectos éticos deste estudo, o (a) senhor (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br).**

(Assinatura do pesquisador)

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO VOLUNTÁRIO (A)

Eu, _____, CPF _____, abaixo assinado, após a leitura (ou a escuta da leitura) deste documento e de ter tido a oportunidade de conversar e ter esclarecido as minhas dúvidas com o pesquisador responsável, concordo em participar do estudo **INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E SUAS ASSOCIAÇÕES COM SINTOMAS DEPRESSIVOS E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19** como voluntário (a). Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo(a) pesquisador (a) sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade (ou interrupção de meu acompanhamento/ assistência/tratamento).

Local e data: _____

Assinatura do participante: _____

Impressão
digital

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa

e o aceite do voluntário em participar. (02 testemunhas não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome:	Nome:
Assinatura:	Assinatura: