



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO**

ANA PAULA DO NASCIMENTO ALMEIDA

**AUTOPERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E PERFIL ANTROPOMÉTRICO REAL:
UM ESTUDO EM ALUNAS DA ÁREA DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE
PERNAMBUCO CAMPUS RECIFE - PE**

**RECIFE - PE
2025**

ANA PAULA DO NASCIMENTO ALMEIDA

**AUTOPERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E PERFIL ANTROPOMÉTRICO REAL:
UM ESTUDO EM ALUNAS DA ÁREA DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE
PERNAMBUCO CAMPUS RECIFE - PE**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado ao Departamento de Nutrição
da Universidade Federal de Pernambuco,
como requisito para a obtenção do título de
nutricionista

Orientadora: Professora Poliana Coelho Cabral

Co orientadora: Renata Patrícia Oliveira Araujo

**RECIFE - PE
2025**

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

Almeida, Ana Paula do Nascimento.

**AUTOPERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E PERFIL
ANTROPOMÉTRICO REAL: UM ESTUDO EM ALUNAS DA ÁREA DA
SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO CAMPUS
RECIFE - PE / Ana Paula do Nascimento Almeida. - Recife, 2025.**

58 p., tab.

Orientador(a): Poliana Coelho Cabral

Coorientador(a): Renata Patrícia Oliveira Araujo

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Nutrição - Bacharelado, 2025.

Inclui referências, anexos.

1. Perfil antropométrico. 2. autopercepção corporal. 3. sexo feminino. 4. estado pôndero-estatural. 5. estudantes da saúde. I. Cabral, Poliana Coelho. (Orientação). II. Araujo, Renata Patrícia Oliveira. (Coorientação). IV. Título.

610 CDD (22.ed.)

ANA PAULA DO NASCIMENTO ALMEIDA

**AUTOPERCEPÇÃO DO PESO CORPORAL E PERFIL ANTROPOMÉTRICO REAL:
UM ESTUDO EM ALUNAS DA ÁREA DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE
PERNAMBUCO CAMPUS RECIFE - PE**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado ao Departamento de Nutrição
do Centro de Ciências da Saúde da
Universidade Federal de Pernambuco, como
requisito para a obtenção do título de
nutricionista

Aprovada em: 27/11/2025.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dra. Poliana Coelho Cabral (Orientadora)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^a. Dra. Leopoldina Augusta Souza Sequeira de Andrade
(Examinadora Interna)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof^a. Dra. Maria da Conceição Chaves de Lemos
(Examinadora Interna)
Universidade Federal de Pernambuco

Dedico este trabalho a Deus, fonte de toda sabedoria e força, que me sustentou em todos os momentos desta jornada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, por ter me sustentado até aqui e por me conceder forças, sabedoria e perseverança ao longo de toda esta jornada.

À minha orientadora, Profa. Dra. Poliana Coelho Cabral, expresso minha profunda gratidão pela orientação atenta, pela dedicação e pela paciência demonstradas em cada etapa deste trabalho.

À minha co orientadora, Renata Patrícia Oliveira Araújo, agradeço pelo apoio, pelas valiosas contribuições e pela disponibilidade em compartilhar conhecimentos que enriqueceram significativamente este estudo.

À Dra. Leopoldina Augusta e à Dra. Maria da Conceição, expresso meus sinceros agradecimentos pela generosa disponibilidade em compor minha banca examinadora. A presença e o comprometimento de ambas foram fundamentais para enriquecer meu processo de formação acadêmica e para tornar esta etapa ainda mais significativa.

Agradeço profundamente à minha mãe, Maria de Fátima, aos meus irmãos e a toda a minha família, que estiveram ao meu lado em cada etapa desta caminhada. Sou imensamente grata por cada gesto de apoio, por acreditarem em mim mesmo diante dos desafios e por cada palavra de incentivo e conselho que me fortaleceram ao longo deste processo. O carinho, a compreensão e a confiança de vocês foram fundamentais para que eu chegasse até aqui.

Ao meu esposo, Pedro Henrique, deixo minha mais sincera gratidão por todo o apoio e amor dedicados ao longo desta jornada. Obrigada por acreditar na minha capacidade mesmo quando eu duvidava de mim, por estar ao meu lado cuidando de mim em todos os momentos, tanto nos dias bons quanto nos mais difíceis. Sua presença constante, sua paciência diante das minhas ansiedades e inquietações, e seu carinho incondicional foram fundamentais para que eu pudesse seguir firme até aqui. Você sempre foi minha inspiração, meu porto seguro e meu maior incentivo para continuar. Muito obrigada por tudo.

Aos meus amigos, tanto aqueles que conquistei ao longo da faculdade quanto os que estão comigo desde o início, ainda no ensino médio, deixo meus sinceros agradecimentos. Vocês foram fundamentais nesta trajetória, oferecendo apoio, compreensão, incentivo e amizade nos momentos mais desafiadores. Sou grata por nunca desacreditarem da minha capacidade, por me motivarem nos momentos de dificuldade e por compartilharem comigo tantas conquistas ao longo dessa caminhada. A presença e o carinho de vocês tornaram essa jornada mais leve, significativa e inesquecível.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para minha formação e para a realização deste trabalho, deixo registrados meus mais sinceros agradecimentos.

RESUMO

O objetivo desse estudo foi investigar a associação entre a autopercepção do peso corporal com o perfil antropométrico real em jovens estudantes do sexo feminino da área da saúde da Universidade Federal de Pernambuco Campus Recife - PE. Trata-se de uma pesquisa com delineamento transversal com uma amostra de 137 estudantes, avaliadas por um questionário que abordou aspectos demográficos, socioeconômicos e dietéticos, além da avaliação antropométrica e da autopercepção do peso corporal. As estudantes foram indagadas quanto à percepção sobre o próprio peso com a possibilidade de marcar quatro opções: baixo peso, normal (eutrofia), um pouco acima do peso (sobrepeso) e muito acima do peso (obesidade). As associações foram identificadas pelo teste de Qui-quadrado de Pearson ou o Qui-quadrado de tendência linear. A fim de avaliar a concordância entre o diagnóstico nutricional pela antropometria, segundo o índice de massa corporal (IMC), e a autopercepção do peso corporal foi aplicado o cálculo do Índice Kappa (K) considerando o intervalo de confiança de 95%, sendo adotado como nível de boa concordância o valor $\geq 0,60$. A média de idade das estudantes foi de $23,3 \pm 4,2$ anos, sendo Nutrição e Educação Física os cursos com maior frequência de participantes. Quanto ao perfil antropométrico atual, 21,2% e 8,8% das estudantes foram classificadas como portadoras de sobrepeso e obesidade, respectivamente. Na avaliação do déficit, o percentual de baixo peso foi de 7,3%. No entanto, quando foi avaliada a autopercepção do peso corporal o baixo peso relatado foi mais de 3 vezes superior (23,4%). Por outro lado, houve uma certa similaridade na autopercepção do excesso, com 28,5% e 10,2% das estudantes se autopercebendo com sobrepeso e obesidade. Além disso, 35,7% relataram histórico de dieta para ganho de peso ou hipertrofia. No estudo comparativo entre o perfil antropométrico e a autopercepção do peso corporal foi evidenciado diferença estatisticamente significante ($p < 0,001$), se mostrando de forma mais expressiva no que se refere à autopercepção e IMC de baixo peso e eutrofia. No entanto, essa diferença, não ocorreu quando a amostra foi estratificada em “sem” e “com excesso de peso” ($p = 0,162$) sendo evidenciada quando a análise foi realizada entre as categorias de “sem” e “com baixo peso” ($p < 0,001$). O valor do Kappa para o baixo peso (0,411) mostra uma concordância regular entre a autopercepção e o diagnóstico pelo IMC. Por outro lado, essa concordância para o excesso de peso foi muito boa, Kappa =0,679. Nos dados avaliados foi evidenciado uma certa similaridade entre a condição de excesso de peso e a autopercepção das estudantes. Por outro lado, a autopercepção de baixo peso foi 3 vezes maior que essa condição avaliada pelo IMC sugerindo que para essas estudantes o padrão ideal é de um corpo, forte, atlético e saudável. Os dados mostraram que houve uma discrepância entre a autopercepção corporal e o estado antropométrico real em jovens universitárias. As alunas demonstraram uma insatisfação com o peso, percebendo-se acima ou abaixo do real.

Palavras-chaves: Perfil antropométrico; autopercepção corporal; sexo feminino; estado pôndero-estatural; estudantes da saúde.

ABSTRACT

The objective of this study was to investigate the association between self-perceived body weight and actual anthropometric profile in young female students in the health sciences field at the Federal University of Pernambuco, Recife Campus - PE. This is a cross-sectional study with a sample of 137 students, evaluated using a questionnaire that addressed demographic, socioeconomic, and dietary aspects, in addition to anthropometric assessment and self-perceived body weight. The students were asked about their perception of their own weight, with the possibility of selecting four options: underweight, normal (eutrophy), slightly overweight, and very overweight (obesity). Associations were identified using Pearson's chi-square test or the chi-square test for linear trend. In order to assess the agreement between the nutritional diagnosis by anthropometry, according to the body mass index (BMI), and the self-perception of body weight, the Kappa Index (K) was calculated considering a 95% confidence interval, with a value ≥ 0.60 adopted as the level of good agreement. The average age of the students was 23.3 ± 4.2 years, with Nutrition and Physical Education being the courses with the highest frequency of participants. Regarding the current anthropometric profile, 21.2% and 8.8% of the students were classified as overweight and obese, respectively. In the assessment of deficit, the percentage of underweight was 7.3%. However, when self-perception of body weight was assessed, the reported underweight was more than 3 times higher (23.4%). On the other hand, there was some similarity in the self-perception of excess, with 28.5% and 10.2% of the students perceiving themselves as overweight and obese. Furthermore, 35.7% reported a history of dieting for weight gain or hypertrophy. The comparative study between anthropometric profile and self-perception of body weight showed a statistically significant difference ($p < 0.001$), more pronounced in relation to self-perception and BMI of underweight and eutrophy. However, this difference did not occur when the sample was stratified into "without" and "with excess weight" ($p = 0.162$), being evident when the analysis was performed between the categories of "without" and "with low weight" ($p < 0.001$). The Kappa value for underweight (0.411) shows a moderate agreement between self-perception and the BMI diagnosis. On the other hand, this agreement for excess weight was very good, Kappa = 0.679. The evaluated data showed a certain similarity between the condition of excess weight and the self-perception of the students. On the other hand, the self-perception of being underweight was 3 times greater than this condition as assessed by BMI, suggesting that for these students the ideal standard is a strong, athletic, and healthy body. The data showed a discrepancy between self-perceived body image and actual anthropometric status in young female university students. The students demonstrated dissatisfaction with their weight, perceiving themselves as either above or below their actual weight.

Keywords: Anthropometric profile; body self-perception; female sex; weight-height status; health students.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Características socioeconômicas e demográficas das estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024. 26

Tabela 2 - Características antropométricas, autopercepção do peso corporal e histórico de dietas de estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024. 27

Tabela 3 - Comparação da autopercepção do peso corporal com o perfil antropométrico, segundo o IMC, de estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024. 28

Tabela 4 – Teste de Concordância Kappa entre o diagnóstico de excesso de peso e baixo peso pela antropometria, segundo o IMC e a autopercepção do peso corporal em estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024. 29

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	11
2	JUSTIFICATIVA.....	13
3	OBJETIVOS.....	14
3.1	Objetivo geral.....	14
3.2	Objetivos Específicos.....	14
4	REVISÃO DA LITERATURA.....	15
4.1	Autopercepção do Peso Corporal.....	15
4.2	Autopercepção do Peso Corporal em Universitárias da Área da Saúde.....	16
4.3	Estado Nutricional e Antropometria.....	18
4.4	Aspectos Socioeconômicos e Demográficos.....	18
5	MÉTODOS.....	20
5.1	Desenho do Estudo e Local da Pesquisa.....	20
5.2	Cálculo da Amostra.....	20
5.3	Critérios de Inclusão e Exclusão.....	21
5.3.1	Critérios de Inclusão.....	21
5.3.2	Critérios de Exclusão.....	21
5.4	Recrutamento dos Participantes.....	21
5.5	Instrumentos de Coleta de Dados.....	21
5.6	Procedimentos para a Coleta de Dados.....	22
5.7	Avaliação da Autopercepção Corporal.....	22
5.8	Avaliação Socioeconômica e Demográfica.....	23
5.9	Avaliação Antropométrica.....	23
5.10	Aspectos Éticos.....	23
5.11	Análise e Processamento de Dados.....	24
6	RESULTADOS.....	25

7	DISCUSSÃO.....	30
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
	REFERÊNCIAS.....	37
	ANEXOS	46
	ANEXO A - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE	47
	ANEXO B - Instrumento de Pesquisa.....	52

1. INTRODUÇÃO

O conceito de um corpo bonito e saudável vem passando por transformações desde o início do século XX. Naquela época, o padrão imposto e socialmente aceitável era o de mulheres “mais cheias”, com maior acúmulo de gordura nas coxas e nos quadris. Esse perfil corporal era considerado um símbolo de força e poder feminino, enquanto aquelas que apresentavam um corpo fora desse padrão eram julgadas pela aparência. Com o passar do tempo, o culto à imagem corporal perfeita tornou-se cada vez mais presente na vida da população, e os indivíduos, principalmente as mulheres, que não correspondem a essa perspectiva, ditada pelos modismos de cada época, acabam sendo os mais afetados (BOSI et al., 2006).

Com o aumento da incidência de casos de transtornos alimentares entre mulheres jovens, as pesquisas têm direcionado maior atenção à autopercepção do peso corporal, uma vez que essa questão revela uma preocupação excessiva com um corpo feminino irreal e com a idealização de um corpo perfeito. Ademais, distorções relacionadas à percepção do próprio físico têm sido identificadas mesmo em populações eutróficas, demonstrando que mulheres apresentam distorção quanto ao peso independentemente de seu peso real (LEONHARD et al., 1998).

Ademais, a autopercepção do indivíduo em relação ao seu peso corporal reflete a maneira como ele vê o próprio corpo, bem como suas preocupações e satisfações (NUNES et al., 2001). Nessa perspectiva, é importante salientar que fatores sociais, culturais e a busca por um padrão de corpo idealizado influenciam negativamente essa questão, pois constituem elementos essenciais para o desenvolvimento de distorções na percepção corporal (SHIN; NAM, 2015). Uma imagem corporal distorcida favorece o surgimento de diversos problemas, que podem afetar a saúde e influenciar a autoestima, o funcionamento social e o desempenho ocupacional de um indivíduo (HOSSEINI; PADHY, 2023).

Estudantes do sexo feminino de alguns cursos de graduação, especialmente daqueles da área da saúde, podem estar mais suscetíveis à busca por um corpo perfeito divulgado pela mídia, por acreditarem que isso é relevante para o mercado de trabalho. Além disso, associam um corpo magro e bem delineado com a conquista da

felicidade, e isso pode acarretar no surgimento e aumento da insatisfação corporal, assim como ansiedade, depressão e distúrbios alimentares (COSTA et al., 2010; MIRANDA et al., 2012; FERNANDES et al., 2017).

Também é importante destacar que, quando o estado antropométrico real não corresponde àquele que é percebido, pode ocorrer um quadro de insatisfação corporal. Isso pode levar à adoção de dietas desequilibradas e ao desenvolvimento de uma relação de dependência com o exercício físico, fazendo com que a pessoa se exerçite em excesso para alcançar o objetivo desejado (ASSAL; FERNANDES, 2015).

O excesso de preocupação com a estética também vem causando alterações no estado nutricional e psicológico dos indivíduos, interferindo na qualidade de vida (PALUDO; DALPUBEL, 2015). Dessa forma, avaliar o estado antropométrico é fundamental para a compreensão adequada dessa temática, pois fornece informações sobre a adequação nutricional de um indivíduo em comparação a um padrão compatível com a saúde (ANDRADE et al., 2017).

2. JUSTIFICATIVA

A autopercepção corporal é influenciada por fatores sociais, psicológicos, culturais e pode não corresponder com a realidade antropométrica do indivíduo. Dessa forma, pode ocasionar uma falsa sensação de excesso de peso ou magreza, ocorrendo uma distorção da autoimagem. A insatisfação com o próprio corpo é muito notória na sociedade contemporânea, principalmente em mulheres, já que as mesmas sofrem uma maior pressão social para ter um corpo exemplar.

Dessa forma, as jovens universitárias podem apresentar frequência elevada de insatisfação com o peso corporal, associado ou não a distúrbios antropométricos. Desse modo, torna-se necessário a realização de estudos que busquem ampliar a compreensão sobre esse tema a fim de propor medidas de intervenção no cuidado dos agravos à saúde relacionados ao peso corporal.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

- Investigar a associação entre a autopercepção do peso corporal com o perfil antropométrico real em jovens estudantes do sexo feminino da área da saúde da Universidade Federal de Pernambuco Campus Recife - PE.

3.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar a população do estudo quanto aos aspectos socioeconômicos e demográficos.
- Avaliar o estado pôndero-estatural.
- Investigar a percepção do indivíduo quanto a seu peso.

4. REVISÃO DA LITERATURA

4.1 Autopercepção do Peso Corporal

A principal motivação para o início dos estudos sobre a autopercepção corporal surgiu entre neurologistas no século XX. Esse campo teve como marco decisivo as ideias de Paul Schilder, um dos principais teóricos da área, que resultaram na publicação de seu livro *A imagem do corpo: as energias construtivas da psique*, em 1935, o qual se tornou uma referência essencial nas pesquisas com essa abordagem (AMARAL et al., 2014).

Além disso, alguns autores voltados para o assunto feminista estabelecem um paralelo entre os padrões de dominação da sociedade patriarcal e as questões relativas ao corpo. Nesse sentido, observa-se a substituição do modelo da mulher reservada ao lar por aquele em que a mulher passa a demonstrar uma obsessão pelo corpo perfeito como forma de se reafirmar enquanto mulher. Como afirma Wolf (2020): “O padrão tradicional estava encoberto por uma vergonha moderna, mas, fora esse detalhe, tinha mudado muito pouco. O controle de peso veio a se tornar sua base racional, já que a inferioridade natural saiu de moda”.

A autopercepção do peso corporal pode ser influenciada por fatores internos e externos presentes no contexto em que o indivíduo vive. Deve-se levar em consideração suas emoções em relação à estrutura e ao tamanho do próprio corpo. Outrossim, essa percepção envolve fatores sociais, culturais, afetivos e psicológicos (BARROS, 2005). Dessa forma, uma percepção errada sobre o próprio peso pode acarretar insatisfação corporal, tornando esses indivíduos mais propensos a buscar dietas e exercícios inadequados, o que pode acarretar em prejuízos à qualidade de vida (TIRMERMAN et al., 2010).

Ademais, cada pessoa possui uma percepção única sobre seu próprio corpo, levando em consideração aspectos como tamanho, forma e estrutura, bem como os sentimentos associados a essas características. Esses aspectos podem ser divididos em duas dimensões: a perceptiva, que está diretamente relacionada à autopercepção do tamanho, formato e peso corporal; e a atitudinal, que envolve componentes afetivos e comportamentais. Além disso, a autopercepção corporal é influenciada por fatores

intrínsecos, como idade e sexo, e também por determinantes extrínsecos, como a percepção de familiares e amigos, valores culturais e a mídia. Dessa forma, a imagem corporal é socialmente construída e sofre influências ao longo da vida, de modo que a autopercepção corporal não é fixa ou estática, podendo se modificar conforme as experiências vividas (CASH TF et al., 2012).

Os amigos também exercem um forte impacto na internalização de ideais de beleza (THOMPSON et al., 2012), que pode ocorrer por meio de críticas, provocações e ridicularizações (JONES, 2011). Além disso, a mídia apresenta um padrão de beleza considerado ideal, dificilmente alcançável, sendo apontada como um dos principais fatores de influência sobre a insatisfação corporal (HAUSENBLAS et al., 2013). Alguns autores destacam que a mídia contribui para a elaboração de “padrões de conduta, padrões estéticos, ideais de mulheres perfeitas, dóceis ou, nos dias atuais, da mulher magra, sexual, com traços finos e curvilínea” (AZEVEDO; MAURO, 2018).

4.2 Autopercepção do Peso Corporal em Universitárias da Área da Saúde

Na adolescência e no início da vida adulta ocorrem alterações biológicas e instabilidade psicossocial, associadas às mudanças decorrentes do ingresso na universidade, o que torna os estudantes mais suscetíveis às pressões sociais relacionadas aos aspectos corporais (FERRARI, PETROSKI, SILVA, 2012; SILVA et al., 2019; YAHIA et al., 2011). Ademais, é importante salientar que esses fenômenos são mais frequentes em mulheres, uma vez que existe uma idealização do corpo perfeito em relação a essa população (CAMARGO et al., 2008; SOUZA; ALVARENGA, 2016). Além disso, estudantes de cursos da área da saúde mostram-se mais propensos à insatisfação corporal do que alunos de outras áreas (MOREIRA et al., 2017).

Estudos com universitários indicam que a maior parte desses indivíduos apresenta estado nutricional dentro da faixa de normalidade. Entretanto, ao analisar o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares entre estudantes de cursos da área da saúde, observa-se que a distorção e a insatisfação em relação à autopercepção do peso corporal atingem níveis elevados. Uma explicação relevante para esse fenômeno é que essa população sente-se mais pressionada quanto à

magreza, acreditando que esse parâmetro pode agregar valor à sua vida profissional (BENTO et al., 2016).

A busca excessiva por um peso corporal ideal pode levar os indivíduos a atingir valores inadequados de Índice de Massa Corporal (IMC) e favorecer o surgimento de transtornos alimentares. Além disso, pode ocorrer um aumento na prática de exercícios físicos e uma maior procura por procedimentos estéticos. Dessa forma, observa-se que essa população pode apresentar comportamentos que comprometem a saúde, motivados pelo objetivo de alcançar a configuração corporal considerada ideal (SILVA et al., 2018).

Em um estudo de base populacional realizado em Porto Alegre - RS, com mulheres entre 12 e 29 anos (n=513), foi analisado que a maioria (82%) estava na categoria de eutrofia pelo IMC, porém, 2% eram magras e 16% classificadas com sobrepeso/obesidade. Foi notado que, mais de dois terços das mulheres eutróficas gostariam de pesar menos ou se sentiam gordas. Os resultados relataram que houve uma diferença no comportamento alimentar de acordo com a autopercepção do peso corporal. Além disso, entre as mulheres que se sentiam gordas, somente um terço tinha IMC compatível com sobrepeso/obesidade. O que comprova o fato de que muitas mulheres fazem dieta e não possuem uma satisfação com o seu próprio corpo mesmo estando com o seu peso adequado (NUNES, 2001).

Nesse panorama, Ferrari, Petroski e Silva (2013) declararam a existência de uma possível predisposição entre os universitários à insatisfação corporal, que pode estar relacionada à mudança no estilo de vida e também pela inserção em um novo grupo social.

4.3 Estado Nutricional e Antropometria

O estado nutricional é avaliado utilizando-se medidas antropométricas como instrumentos de acompanhamento da saúde. Nesse contexto, o peso e a estatura são considerados medidas essenciais para refletir as condições nutricionais. Assim, os índices antropométricos podem ser utilizados como indicadores positivos de saúde, permitindo avaliar o estado nutricional (SAMPAIO, 2012).

A antropometria é o conjunto de técnicas que visa estudar as características mensuráveis da morfologia humana e tem como principal objetivo identificar a quantidade e a distribuição dos componentes corporais em relação ao peso. Além disso, apresenta como características a praticidade, o baixo custo e o fato de ser não invasiva, sendo utilizada para a avaliação da saúde e do estado nutricional de indivíduos e de populações específicas (ORTEGA GONZALEZ et al., 2018; ALBURQUERQUE SENDÍN et al., 2019).

O conhecimento do perfil antropométrico real é importante para auxiliar os indivíduos a estabelecerem como meta o peso que acreditam ser ideal (KAKESHITA; ALMEIDA, 2006), sendo esperado que percebam seu peso de forma compatível com esse perfil (LEMON et al., 2009). Dados da literatura científica mostram que alguns autores encontraram associação entre o perfil antropométrico real e a autopercepção adequada do peso corporal (JOHNSON et al., 2008; LEMON et al., 2009; SHIRASAWA et al., 2015); entretanto, outros estudos não evidenciam o mesmo resultado (ANDRADE et al., 2017; IBGE, 2016; ROCHA, 2013).

Conforme Bartholomeu, Montiel e Machado (2013), são usados diversos instrumentos na avaliação antropométrica, que têm como objetivo diagnosticar algumas doenças, incluindo o distúrbio da autopercepção do peso corporal. Dessa forma, a obtenção desses dados possibilita comparar a autopercepção do indivíduo com sua antropometria real, caracterizando-se como um instrumento de baixo custo.

4.4 Aspectos Socioeconômicos e Demográficos

Um estudo realizado por Santos et al. (2011), com 594 estudantes de Caruaru/PE, encontrou associação estatisticamente significativa entre a satisfação com o peso corporal e a renda familiar. Observou-se que os jovens com renda familiar mais alta apresentavam maior probabilidade de insatisfação com o excesso de peso corporal e desejavam reduzi-lo.

O nível socioeconômico pode ser um fator determinante para a prevalência de sobrepeso e obesidade, uma vez que interfere diretamente na disponibilidade de alimentos e pode estar associado ao estilo de vida e a determinados padrões de atividade física. Ademais, os principais indicadores de condições socioeconômicas

utilizados são educação, ocupação e renda (ALWAN et al., 2010; VEGGI et al., 2004). Nos países desenvolvidos, nota-se que a obesidade é mais frequente entre pessoas com menor escolaridade ou renda e em ocupações de menor prestígio social. Em contrapartida, nos países em desenvolvimento, observa-se uma tendência controversa, com maior frequência de obesidade em estratos de maior nível socioeconômico (BARBOSA et al., 2009).

Dados na literatura indicam que jovens com níveis socioeconômicos mais baixos têm maior probabilidade de apresentar distorção na autopercepção corporal (O'DEA; CAPUTI, 2001). Nesse sentido, uma pesquisa realizada por Fernandes (2007) mostrou que as variáveis relacionadas ao status socioeconômico se mostraram inversamente associadas à satisfação corporal, observando que alunos de baixa renda tinham como meta o aumento de peso, enquanto aqueles de classe econômica mais elevada buscavam a redução do peso.

Segundo Felden et al. (2015), em pesquisa que analisou a associação entre insatisfação corporal e indicadores sociodemográficos em adolescentes, observou-se que adolescentes de classes econômicas mais baixas apresentavam maior probabilidade de insatisfação relacionada à magreza. Por outro lado, adolescentes cujo chefe de família possuía ensino superior completo apresentavam maior probabilidade de insatisfação por excesso de peso.

5. MÉTODOS

5.1 Desenho do Estudo e Local da Pesquisa

Esse estudo faz parte de um projeto maior intitulado: “Tempo excessivo de tela e a influência da mídia sobre as atitudes em relação à aparência: um estudo em estudantes universitários”. Projeto da mestrandona em nutrição da UFPE Renata Patrícia Oliveira Araújo.

Trata-se de um estudo transversal, envolvendo alunos regularmente matriculados nos cursos de Educação Física Licenciatura e Bacharelado, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina, Nutrição, Odontologia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Pernambuco. A população elegível incluiu os alunos de ambos os sexos, dos cursos acima citados, aproximadamente 800 estudantes, sendo que cerca de 500 são do sexo feminino.

5.2 Cálculo da Amostra

A amostra para esse estudo foi estimada utilizando-se o programa Statcalc do software EPI-INFO, versão 6.04 (CDC, 2005). O tamanho amostral foi determinado tomando-se como base os dados da frequência de adolescentes do Recife com percepção do peso corporal acima do ideal (66,0%) observado no estudo de Carvalho et al., 2020 com 2.480 estudantes recifenses participantes do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (Erica). Desse modo, adotando-se o valor acima, com uma margem de erro aceitável de 7%, uma confiabilidade de 95% e uma população de cerca de 500 universitárias, o tamanho amostral mínimo foi de 131 estudantes, cuja seleção no projeto principal foi por conveniência, onde a captação se deu por adesão.

5.3 Critérios de inclusão e exclusão

5.3.1 Critérios de Inclusão

Foram incluídas nessa pesquisa as estudantes do sexo feminino dos cursos de graduação do Centro de Ciências da Saúde (Educação Física Licenciatura e Bacharelado, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Nutrição, Odontologia e Terapia Ocupacional) e Centro de Ciências Médicas (Medicina) da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), com idades entre 18 e 60 anos.

5.3.2 Critérios de Exclusão

Não foram incluídos no estudo gestantes, mulheres que já possuem filhos e portadoras de algum distúrbio alimentar.

5.4 Recrutamento dos Participantes

Após a aprovação da realização da pesquisa, por parte do Comitê de Ética em Pesquisa da UFPE, foi realizado um contato/convite aos estudantes para participação na pesquisa por meio digital, via aplicativos Whatsapp® e Instagram®.

5.5 Instrumentos de Coleta de Dados

Para fins de coleta dos dados nesta pesquisa foi utilizado 1 (um) questionário online, através do recurso Google Forms®, contendo perguntas sobre dados de identificação (nome, idade, curso, residência atual, naturalidade, escolaridade materna e informações sobre benefícios do Programa de Bolsas e Auxílios de Manutenção Estudantil/UFPE ou Programa de Bolsa Permanência/MEC), estilo de vida e aspectos de saúde (uso de medicamentos, álcool, fumo, doenças diagnosticadas), tempo de exposição às telas, dados antropométricos (peso e altura) e o questionário de atitudes socioculturais em relação à aparência (SATAQ-3) adaptado.

5.6 Procedimentos Para a Coleta de Dados

Os estudantes que demonstraram interesse em participar da pesquisa, foram conduzidos à ferramenta online do estudo, a qual foi acessada remotamente em qualquer dispositivo com acesso à internet. Inicialmente, os participantes foram convidados a ler o TCLE e esclarecer suas dúvidas com relação à pesquisa e, caso concordassem com a sua participação, foram convidados a assinar o termo, através da seleção no questionário online da opção “Aceito participar da pesquisa”. Os participantes também foram convidados a guardar em seus arquivos uma cópia do termo eletrônico.

Em seguida, foram redirecionados ao preenchimento online do questionário da pesquisa, composto por 49 perguntas e dimensionado para resposta em aproximadamente 15 minutos. Na ferramenta do estudo foi disponibilizado um contato da pesquisadora responsável, para quaisquer eventuais dúvidas acerca da pesquisa. Foi garantido aos participantes o direito de não responder a qualquer uma das indagações da ferramenta de pesquisa, sem necessidade de explicação ou justificativa.

Os dados coletados nesta pesquisa (respostas aos questionários) ficarão armazenados em computador pessoal, sob a responsabilidade da pesquisadora principal do trabalho, pelo período de mínimo 5 anos.

5.7. Avaliação da Autopercepção Corporal

As estudantes foram indagadas quanto à percepção sobre o próprio peso com a possibilidade de marcar quatro opções: baixo peso, normal (eutrofia), um pouco acima do peso (sobrepeso) e muito acima do peso (obesidade) (ALWAN et al., 2010). Foi considerada como autopercepção inadequada do peso aquela em desacordo com o diagnóstico do estado nutricional realizado pelo índice de massa corporal (IMC) (DORSEY et al., 2009; NUNES et al., 2001; RODRÍGUEZ-RODRÍGUEZ et al., 2009; VEGGI et al., 2004).

5.8 Avaliação Socioeconômica e Demográfica

Os aspectos socioeconômicos e demográficos coletados foram: idade, sexo, curso, residência atual, naturalidade, escolaridade materna e informações sobre benefícios do Programa de Bolsas e Auxílios de Manutenção Estudantil/UFPE ou Programa de Bolsa Permanência/MEC).

5.9. Avaliação Antropométrica

Para a avaliação do perfil antropométrico, os dados utilizados foram os referidos pelos estudantes, o que em relação ao peso e a altura, tem sido bastante utilizado em estudos epidemiológicos, por favorecer a economia de recursos e simplificar o trabalho de campo (CHOR et al., 1999). E de acordo com os resultados de alguns estudos, o peso e a altura referidos apresentam níveis aceitáveis de validade, até mesmo entre os obesos (que poderiam apresentar maior tendência à subestimação do peso) e entre grupos com baixa escolaridade (PEIXOTO et al., 2006). De posse desses dados o índice de massa corporal (IMC) foi calculado. Em indivíduos com idade até 19 anos, o IMC foi classificado de acordo com idade e sexo, segundo a referência antropométrica e ponto de corte da World Health Organization (WHO), 2007. Para isto, foi utilizado o software WHO AnthroPlus. Já os indivíduos com mais de 19 anos, foram classificados segundo os limites de corte de IMC para adultos, também preconizados pela WHO, 1995.

5.10 Aspectos Éticos

Esse trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Pernambuco (CAAE: 71131423.4.0000.5208), pautado pelas normas éticas para pesquisa, constantes nas resoluções 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. O parecer consubstanciado emitido pelo CEP encontra-se no Anexo A. Os estudantes foram esclarecidos sobre todos os procedimentos, riscos e benefícios da pesquisa, sendo a participação voluntária mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para coleta de dados virtual (TCLE).

5.11 Análise e Processamento de Dados

Os dados foram digitados com dupla entrada e verificados com o VALIDATE, módulo do Programa Epi-info versão 6.0, para checar a consistência e validação dos mesmos. A análise estatística foi realizada com o auxílio do programa Statistical Package for Social Sciences - SPSS versão 13.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA). Na comparação das proporções, foi utilizado o teste de Qui-quadrado de Pearson ou o Qui-quadrado de tendência linear. A fim de avaliar a concordância entre o diagnóstico nutricional pela antropometria, segundo o IMC, e a autopercepção do peso corporal foi aplicado o cálculo do Índice Kappa (K) considerando o intervalo de confiança de 95%, sendo considerado como nível de boa concordância o valor $\geq 0,60$. O nível de significância usado na decisão dos testes estatísticos foi de 5%.

6. RESULTADOS

Esse estudo analisou 137 estudantes do sexo feminino, com média de idade de $23,3 \pm 4,2$ anos. Os cursos que apresentaram maior frequência de respostas foram Nutrição (36,5%, n = 50) e Educação Física Licenciatura e Bacharelado (19,0%, n = 26). Quanto à escolaridade materna, 77,4% relataram que as mães haviam cursado ensino médio ou superior e 83,9% referiram não receber nenhum tipo de auxílio permanência (n = 115) (Tabela 1).

Quanto ao perfil antropométrico atual, 21,2% e 8,8% das estudantes foram classificadas como portadoras de excesso de peso e obesidade, respectivamente. Na avaliação do déficit, o percentual de baixo peso foi de 7,3%. No entanto, quando foi avaliada a autopercepção do peso corporal o baixo peso relatado foi mais de 3 vezes maior (23,4%). Por outro lado, houve uma certa similaridade na autopercepção do excesso, com 28,5% e 10,2% das estudantes se autopercebendo com sobrepeso e obesidade (Tabela 2). Além disso, 35,7% relataram histórico de dieta para ganho de peso ou hipertrofia (Tabela 2).

No estudo comparativo entre o perfil antropométrico e a autopercepção do peso corporal (Tabela 3) foi evidenciada diferença estatisticamente significante ($p<0,001$), se mostrando de forma mais expressiva no que se refere à autopercepção e IMC de baixo peso e eutrofia. No entanto, essa diferença, não ocorreu quando a amostra foi estratificada em “sem” e “com excesso de peso” ($p=0,162$) sendo evidenciada quando a análise foi realizada entre as categorias de “sem” e “com baixo peso” ($p<0,001$).

A Tabela 4 apresenta o Teste de Concordância Kappa entre o diagnóstico nutricional pela antropometria, segundo o IMC, e a autopercepção do peso corporal. O valor do Kappa para o baixo peso (0,411) mostra uma concordância regular entre a autopercepção e o diagnóstico pelo IMC. Por outro lado, essa concordância para o excesso de peso foi muito boa, Kappa =0,679.

Tabela 1 - Características socioeconômicas e demográficas das estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024.

Características	n=137	%	IC _{95%}
Idade (anos) N = 137			
< 24	90	65,7	57,0-73,4
≥ 24	47	34,3	26,5-42,9
Média ± DP		23,3 ± 4,2 anos	
Curso			
Educação Física	26	19,0	12,9-26,7
Nutrição	50	36,5	28,5-45,1
Farmácia	16	12,3	7,0-18,5
Outros	45	30,6	25,2-41,4
Instituição materna			
≤ Ensino fundamental	31	22,6	16,1-30,7
Ensino médio	54	39,4	31,2-48,1
Ensino superior	52	38,0	29,9-46,6
Possui bolsa/auxílio de manutenção			
Sim	22	16,1	11,6-22,4
Não	115	83,9	77,6-88,4

% = percentual; IC_{95%} = Intervalo de Confiança de 95%.

Tabela 2 - Características antropométricas, autopercepção do peso corporal e histórico de dietas de estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024.

Características	n=137	%	IC 95%
Perfil antropométrico (IMC)			
Baixo peso	10	7,3	3,7-13,3
Eutrofia	86	62,8	54,0-70,7
Sobrepeso	29	21,2	14,8-29,1
Obesidade	12	8,8	4,8-15,1
Autopercepção do peso			
Baixo peso	32	23,4	16,7-31,5
Eutrofia	52	38,0	29,9-46,6
Sobrepeso	39	28,5	21,2-36,9
Obesidade	14	10,2	5,9-16,8
Histórico de dietas			
Para perda de peso	39	28,5	21,2-36,9
Para ganho em peso	15	10,9	6,4-17,7
Para hipertrofia	34	24,8	18,0-33,0
Nunca fez dieta	49	35,8	27,8-,44,4

Tabela 3 - Comparação da autopercepção do peso corporal com o perfil antropométrico, segundo o IMC, de estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024.

Característica	Antropometria (IMC)		Autopercepção do peso		Valor de p
Perfil	n=137	%	n=137	%	<0,001**
Baixo peso	10	7,3	32	23,4	
Eutrofia	86	62,8	52	38,0	
Sobrepeso	29	21,2	39	28,5	
Obesidade	12	8,8	14	10,2	
Baixo Peso					<0,001*
Sim	10	7,3	32	23,4	
Não	127	92,7	105	76,6	
Excesso de peso					0,162*
Sim	41	29,9	53	38,7	
Não	96	70,1	84	61,3	

* Qui-quadrado ** Qui-quadrado de tendência linear

Tabela 4 – Teste de Concordância Kappa entre o diagnóstico de excesso de peso e baixo peso pela antropometria, segundo o IMC e a autopercepção do peso corporal em estudantes universitárias. Recife/PE - 2023/2024.

		Baixo peso pelo IMC						
		Total		Sim		Não		<i>p</i> *
Autopercepção de baixo peso		n=137	%	N	%	N	%	0,000
Sim		32	23,4	10	31,2	22	68,8	
Não		105	76,6	00	0,0	105	100,0	
Coeficiente Kappa= 0,411								
		Excesso de peso pelo IMC						
Autopercepção de excesso de peso		Total		Não		Sim		
		n=137	%	N	%	N	%	0,000
Não		84		80	95,2	04	4,8	
Sim		53		16	30,2	37	69,8	
Coeficiente Kappa= 0,679								

Índice Kappa (K), sendo considerado como nível de boa concordância o valor $\geq 0,60$.

7. DISCUSSÃO

O estudo realizado analisou a autopercepção do peso corporal e o perfil antropométrico real em estudantes universitárias da área da saúde da UFPE, predominante dos cursos de Nutrição e Educação Física. Além disso, foram identificadas possíveis relações entre os aspectos socioeconômicos, demográficos e o estilo de vida.

Nos dados avaliados foi evidenciado uma certa similaridade entre a condição de excesso de peso e a autopercepção das estudantes. Por outro lado, a autopercepção de baixo peso foi 3 vezes maior que essa condição avaliada pelo IMC. Ou seja, as participantes dessa pesquisa, se perceberam mais magras que seu IMC, situação diferente da observada em outros estudos. No estudo de Elia e colaboradores com adolescentes britânicos, dentre as meninas de peso normal pelo IMC, 46% apresentavam distorção quanto a autopercepção corporal e apesar de ter sido mais frequente a autopercepção de excesso de peso, 8% delas se percebiam como baixo peso. No geral, os achados sugerem que a percepção errônea do peso foi associada de forma independente com níveis mais elevados de sintomas psicológicos (ELIA et al., 2020).

Associado a isso, fatores como a composição corporal pode ter desempenhado um papel determinante nessa autocrítica, ou seja, aqueles com um percentual maior de gordura podem ter se percebido maiores e aqueles com baixo percentual de massa muscular podem ter se percebido com um peso inferior. Essa sugestão foi investigada por Cruz e colaboradores (2024) com um grupo de universitários de Nutrição em Fortaleza, evidenciando distorção na percepção do tamanho corporal em mais de 80% da amostra. E de forma similar ao estudo atual, 30,4% das estudantes estavam insatisfeitas pela magreza e apenas 3,3% apresentavam IMC na faixa de baixo peso (CRUZ; RIZZATO; SAMPAIO, 2024).

Resultados semelhantes foram observados em um estudo com adultos de peso normal na Coréia, onde foi evidenciado que a percepção de excesso de peso, foi maior nas mulheres que nos homens, o que se invertia quando se analisou a percepção de baixo peso (KYE; PARK, 2021). Outra evidência interessante, nesse sentido, e que vai de encontro com o observado na literatura é a de que as participantes do atual estudo

que se autoperceberam com excesso de peso se apresentavam de forma coerente ao seu perfil antropométrico (ou seja, com IMC de excesso de peso).

Para uma análise mais aprofundada deve-se incluir o contexto ambiental em que essas estudantes estavam inseridas. Pois, sendo alunas dos cursos da área da saúde, sobretudo de Nutrição e Educação Física, a pressão estética para alcançar modelos ideais pode ter influenciado essa autopercepção de peso. Essa hipótese parece ter sido objeto de estudo em pesquisas como no trabalho de Souza e Souza (2022), no qual eles verificaram que 70% de sua amostra, de ambos os sexos, composta por concluintes do curso de Nutrição no Rio de Janeiro se apresentavam insatisfeitos com o seu corpo (SOUZA; SOUZA, 2022).

Boa parte das estudantes apresentou uma distorção em relação ao seu diagnóstico nutricional. As estudantes avaliadas possuíam uma visão de imagem corporal baseada em um corpo que divergia do seu corpo real. É válido destacar que a estética não leva em consideração o bem-estar e, ao considerar determinados padrões corporais como sinônimos de aprovação social ou inclusão, isso gera uma maior chance da jovem mulher desenvolver transtornos mentais, principalmente ligados à autoimagem (PINTO, 2018). Esse fato foi observado no estudo, embora 62,8% dos estudantes tenham apresentado eutrofia, segundo o IMC, 23,4% se reconhecia-se com baixo peso e 38,7% acreditavam estar acima do peso.

Esse panorama confirma que existe uma discrepância entre o peso real e o observado, mostrando uma distorção de imagem corporal, como evidenciado em estudos recentes (RINALDO et al., 2020). A literatura também mostra que a forma como o indivíduo se percebe corporalmente pode influenciar diretamente sobre sua autoestima e no seu bem-estar. Portanto, quando há uma percepção distorcida, é notório o surgimento de comportamentos inadequados relacionados à alimentação, ao exercício físico e à busca por padrões estéticos muitas vezes inalcançáveis (DUNCAN et al., 2011). Dessa forma, a autoimagem incorreta sobre o tamanho corporal pode acarretar prejuízos significativos à saúde do indivíduo.

Essa amostra foi composta, em sua maioria, por alunas de Nutrição e Bacharelado em Educação Física, o interesse das estudantes em participar da pesquisa está relacionado ao fato do tema envolver a forma corporal, algo que elas consideram

importantes para sua vida profissional futura. Estudos presumiram uma idealização quanto aos padrões corporais estabelecidos pela sociedade sobre futuros profissionais de Educação Física e Nutrição (BANDEIRA et al., 2016; CLAUMANN et al., 2014; FRANK et al., 2016).

Nesse estudo, a maioria das estudantes era eutrófica, e mesmo estando em um perfil antropométrico normal, apresentaram uma insatisfação com a imagem. Estes dados são confirmados por achados na literatura. Em um estudo feito por Munhoz et al., (2017), com universitários do curso de Nutrição, identificou-se que 74% estava eutróficos, dado similar ao de Paiva e colaboradores (2017), que, ao analisarem 90 acadêmicas do curso de nutrição em uma universidade pública, verificaram que 73,3% das acadêmicas ingressantes e 77,8% das concluintes estavam eutróficas. Além disso, é importante salientar que estudantes da área da saúde estão mais predispostas à insatisfação corporal em comparação com alunas de outras áreas (MOREIRA et al., 2017).

Em uma amostra nacional composta por 427 graduandos de Nutrição e 318 nutricionistas, verificou-se que mais do que 50% das mulheres estavam insatisfeitas com a aparência física, e que a insatisfação foi mais frequente entre os estudantes quando comparados aos profissionais já formados (TORAL et al, 2022) Em conjunto esses achados demonstram uma grande proporção de indivíduos, incluindo estudantes da área da saúde, descontentes com sua imagem corporal (ALVARENGA et al., 2010, DUARTE et al., 2021).

A literatura também mostra que o sexo feminino é mais propenso à distorção da imagem corporal, independente da faixa etária (MOLINA et al., 2015). Nos estudos de Ferreira et al (2018), constataram que a distorção da autopercepção corporal foi maior entre as mulheres e que, quanto maior o valor do IMC e o peso, maior foi o grau de descontentamento com o próprio corpo. Destaca-se que esse maior grau de insatisfação favorece ao maior desenvolvimento de autocrítica e um desejo pela aceitação social para se enquadrar no padrão de um “corpo perfeito”. No entanto, para alcançar esse corpo ideal, há uma tendência para aumentar comportamentos de restrição alimentar que podem acarretar em transtornos alimentares.

Na pesquisa desenvolvida, foi identificado que 77,4% das estudantes relataram que suas mães haviam cursado o ensino médio ou superior, e 83,9% declaram não receber nenhum tipo de auxílio permanência ($n = 115$). Portanto, esses dados indicam que essas mulheres possuem um nível socioeconômico intermediário ou elevado. Esse resultado mostra-se pertinente, visto que a percepção da imagem corporal pode ser influenciada pelo nível de instrução dos pais, uma vez que a escolaridade reflete nas relações sociais e na inserção social dos jovens (SILVA et al., 2012).

Maiores níveis de escolaridade estão associados a um melhor acesso à educação, saúde e cultura, o que pode contribuir para uma percepção corporal mais positiva. No entanto, indivíduos com uma menor renda tendem a apresentar percepção mais negativa de saúde, geralmente por consequência da maior exposição a condições desfavoráveis, como menor acesso à alimentação adequada ou serviços de saúde, possui maiores índices de sobrepeso e obesidade. Dessa forma, os dados obtidos são influenciados por fatores socioeconômicos e educacionais da família, sugerindo que o nível de escolaridade materna pode exercer uma certa influência indireta sobre a forma como os estudantes percebem o próprio corpo (MENDONÇA; FARIAS JÚNIOR, 2012).

Ademais, era esperado que indivíduos com maior nível de escolaridade apresentassem maior consciência do próprio peso, uma vez que o acesso a informações sobre saúde tende a ser mais amplo para esse grupo, o que poderia sugerir uma percepção mais precisa do estado nutricional (FRAYON et al., 2017). Porém, os resultados desse estudo mostram que essa relação nem sempre é verdadeira, porque, entre pessoas mais escolarizadas, as exigências para atender aos padrões de beleza socialmente valorizados podem ser mais rigorosas.

No estudo foi encontrada uma concordância regular entre a autopercepção e o diagnóstico pelo IMC. Em contrapartida, essa concordância para o excesso de peso foi muito boa. Isso é, jovens com sobrepeso ou obesidade foram as que melhor reconheceram sua imagem corporal, enquanto, muitas meninas eutróficas se viam como baixo peso, daí a concordância mais baixa pelo Kappa.

Albuquerque et al. (2021) encontraram que mulheres com baixo peso têm uma grande chance de não se sentirem satisfeitas com o próprio corpo. Essa insatisfação

está relacionada não apenas ao estado nutricional ou ao peso real, mas também à percepção subjetiva do corpo, que pode ser distorcida em relação à realidade.

Isso comprova que ao longo dos séculos, os padrões de beleza aceitos pela sociedade sofreram mudanças constantes. Polli et al., 2021 sugeriram que a mídia assume um papel fundamental na definição do que deve ser aceito ou desejado, exercendo grande influência sobre os padrões de beleza vigentes na sociedade. No que se refere às mulheres, se durante muito tempo, a magreza era o padrão mais desejado, hoje se vislumbra um movimento para a valorização do corpo esculpido em academias, um corpo atlético e trabalhado.

Ou seja, aquele padrão esquálido e frágil está sendo substituído por um corpo forte e saudável e isso pode explicar os resultados desse estudo. Por outro lado, é preciso ter em conta que o biotipo da maior parte das mulheres não é compatível com o modelo de corpo ideal apregoado pela mídia, o que gera sofrimento e transtornos (GOETZ & CAMARGO, 2014; POLLI et al., 2018).

Esse estudo também observou que 64% das estudantes relataram um histórico de dietas, seja para hipertrofia, ganho de peso ou perda de peso. Dessa forma, nota-se uma preocupação excessiva em relação ao corpo e uma tentativa de modificar o corpo. As práticas alimentares são influenciadas por uma variedade de fatores que envolvem desde as transições ao longo da vida até as mudanças impostas pela modernidade. Nesse sentido, os universitários são um grupo mais vulnerável, uma vez que o ingresso na universidade é um período marcado por transformações pessoais. Essa transição causa alguns desequilíbrios emocionais, que influenciam diretamente na alimentação. Conforme Santos et al. (2022), a rotina universitária, com suas exigências e dificuldades, tende a intensificar essas alterações, intensificando um comportamento de controle alimentar e afetando o bem-estar geral dos estudantes.

A super apreciação para determinados padrões corporais acaba contribuindo para uma idealização de um corpo muitas vezes inalcançável, que acaba afetando a autoestima e a percepção que a pessoa tem de si mesma. Tal distorção corporal prejudica tanto a saúde psicológica, como também pode desencadear comportamentos de risco relacionados à alimentação, incluindo dietas restritivas, compulsão alimentar e outros hábitos que podem ser potencialmente prejudiciais à saúde, aumentando o

desenvolvimento de transtornos alimentares (SILVA, et al., 2012). No presente estudo, observa-se uma preocupação excessiva com a adoção de dietas entre as participantes. Ademais, é importante ressaltar que a maioria encontrava-se dentro da faixa de eutrofia.

Os trabalhos acadêmicos recentes também inferem a presença de influências sociais e culturais sobre a percepção corporal das mulheres, que sofrem maior pressão em relação à magreza como padrão estético idealizado. Por conseguinte, a grande taxa de distorção da imagem corporal pode estar associadas a fatores emocionais, como baixa autoestima, além da pressão social por padrões de beleza idealizado pela sociedade contemporânea, o que confirma a necessidade de estratégias educativas voltadas para o incentivo de uma imagem corporal positiva no meio universitário (FARIA; SIQUEIRA, 2024).

Portanto, os resultados deste estudo confirmam a literatura, trazendo que, embora a maioria das universitárias apresentem um peso adequado, ou seja, considerado eutrófico, há uma distorção da autopercepção corporal. Essa discrepância entre o corpo real e o corpo percebido, podem ocasionar em séries consequências para a saúde física e mental desses indivíduos, sendo necessários uma atenção maior de profissionais da saúde e educadores universitários. Dessa forma, é importante uma implementação de intervenções nutricionais que promovam o reconhecimento de uma antropometria real, favorecendo a construção de uma imagem real em relação ao *próprio corpo. Em síntese, é essencial que os cursos da área da saúde promovam ações educativas que estimulem a construção de uma autoimagem positiva e realista.

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo mostrou que há uma discrepância da autopercepção corporal em relação a antropometria real em jovens universitárias, mesmo a maioria das participantes estando com um IMC adequado, as alunas relataram uma maior insatisfação com o seu peso, percebendo-se acima ou abaixo do peso real. De acordo com a literatura, essa discrepancia está relacionada a fatores socioculturais, midiáticos, psicológicos e educacionais que desempenham papel determinante nesse processo. Ademais, fatores socioeconômicos, como o nível de escolaridade dos pais, exercem uma influência indireta sobre a percepção corporal, modulando o modo como essas estudantes interpretam seu próprio corpo.

Os padrões estéticos impostos pela sociedade e mídias sociais, principalmente em estudantes dos cursos de Nutrição e Educação Física, contribui para uma autocritica exacerbada. O contexto acadêmico, marcado pela busca por um corpo ideal associado à competência profissional e à aceitação social, intensifica essa vulnerabilidade. Portanto, é necessário estratégias de intervenções nutricionais voltadas para uma promoção de uma percepção corporal positiva e realista, com o objetivo de implementar ações educativas sobre a alimentação saudável e programas de acompanhamento nutricional. Diante do exposto, pode contribuir para uma redução sobre os impactos negativos sobre a autopercepção corporal.

REFERÊNCIAS

- ACUÑA, K.; CRUZ, T. Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabolismo**, v. 48, n. 2, p. 169–177, 2004.
- ALBUQUERQUE, L. S.; GRIEP, R. H.; AQUINO, E. M. L.; CARDOSO, L. O.; CHOR, D.; FONSECA, M. J. M. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, p. 1941–1953, 2021.
- ALBURQUERQUE-SENDÍN, F. et al. Comparison of fat mass and fat-free mass between Anthropometry, BIA and DEXA in young females: are methods really interchangeable? **European Journal of Anatomy**, Salamanca, v. 14, n. 3, p. 133–141, 2019.
- ALVARENGA, M. S.; PHILIPPI, S. T.; LOURENÇO, B. H.; SATO, P. M.; SCAGLIUSI, F. B. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 59, n. 1, p. 44–51, 2010.
- ALWAN, H. et al. Association between weight perception and socioeconomic status among adults in Seychelles. **BMC Public Health**, v. 10, p. 467, 2010.
- AMARAL, A. C. S.; CARVALHO, P. H. B.; FERREIRA, M. E. C. A cultura do corpo perfeito: A influência sociocultural na Imagem Corporal. In: Ferreira, M. E. C.; CASTRO, M. R.; MORGADO, F. F. R. (Org.), **Imagem Corporal: reflexões, diretrizes e práticas de pesquisa**. Juiz de Fora: UFJF; 2014.
- 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, 2016.
- ANDRADE, C.D. **Corpo**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.
- ANDRADE, I. S. et al. Associação entre a percepção da imagem corporal com indicadores antropométricos em adolescentes. **Id on Line Revista de Psicologia**, Pernambuco, v. 11, n. 35, p. 531–541, maio 2017.
- ASSAL, S. E.; FERNANDES, D. C. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em praticantes de exercícios e atletas: evidências científicas.

Estudos – Revista de Ciências Ambientais e Saúde (EVS), Goiânia (GO), v. 41, p. 31–41, 2015.

AZEVEDO, C. G. de; MAURO, F. Y. C. A influência da mídia na instrumentalização e coisificação da mulher: uma violação de direitos humanos. **Revista de Gênero, Sexualidade e Direito**, Porto Alegre, v. 4, n. 2, p. 119–136, 2018.

BARBOSA, J. M. et al. Fatores socioeconômicos associados ao excesso de peso em população de baixa renda do Nordeste brasileiro. **Archivos Latinoamericanos de Nutrición**, v. 59, n. 1, 2009.

BARROS, D. D. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, v. 12, n. 2, p. 547–554, 2005.

BARTHOLOMEU, D.; MONTIEL, J. M.; MACHADO, A. A.; LUZ, L. S. Discriminação de medidas antropométricas e distorção de imagem corporal em praticantes de exercício contra resistido. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, Salvador, v. 12, n. 2, p. 198–206, 2013.

BENTO, K.; ANDRADE, K.; SILVA, E.; MENDES, M.; OMENA, C.; CARVALHO, P.; SCHWINGEL, P. Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional em universitárias de Petrolina-PE. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 20, n. 3, p. 197–202, 2016.

BOSI, M. L. M.; LUIZ, R. R.; MORGADO, C. M. C.; COSTA, M. L. S.; CARVALHO, R. J. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 55, n. 2, p. 108–113, 2006.

CAMARGO, T. P.; COSTA, S. P.; UZUNIAN, L. G.; VIEBIG, R. F. Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 1–14, 2008.

CARVALHO, M. J. L. N.; CABRAL, P. C.; OLIVEIRA, J. S.; LIRA, P. I. C.; ANDRADE, M. I. S.; LEAL, V. S.; SEQUEIRA-DE-ANDRADE, L. A. S.; TAVARES, F. C. L. P. Percepção do peso corporal acima do ideal, perfil antropométrico e estilo de vida em adolescentes de Recife – PE. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2020.

- CASH, T. F.; SMOLAK, L. **Body image: a handbook of science, practice, and prevention.** New York: The Guilford Press, 2012.
- CHOR, D.; COUTINHO, E. S. F.; LAURENT, R. Reliability of self reported weight and among state bank employees in Rio de Janeiro. **Revista Saúde Pública**, v. 33 n.1, p.16-23, 1999.
- CLAUMANN, G. S. et al. Body image satisfaction in freshmen college students in physical education courses. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 25, n. 4, p. 575–583, 2014.
- 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, SC. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 13, p. 665-676, 2010.
- CRUZ, C. J. V.; RIZZATO, E. A.; SAMPAIO, R. M. M. Imagem corporal, comportamento alimentar e estado nutricional de universitários do curso de nutrição. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 18, n. 117, p. 1226-1233, 2024.
- DORSEY, R. R. Racial/ethnic differences in weight perception. **Obesity**, v. 17, n. 4, p. 790-795, 2009.
- DUARTE, L. S.; KOBA CHINEN, M. N.; FUJIMORI, E. Distorted self-perception and dissatisfaction with body image among nursing students. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 55, e03665, 2021.
- DUNCAN, D. T.; WOLIN, K. Y.; SCHAROUN-LEE, M.; DING, E. L.; WARNER, E. T.; BENNETT, G. G. Percepção é igual à realidade? Percepção errônea de peso em relação a atitudes e comportamentos relacionados ao peso entre adultos com sobrepeso e obesidade nos EUA. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 8, p. 20, 2011.
- ELIA, C. et al. Weight misperception and psychological symptoms from adolescence to young adulthood: longitudinal study of an ethnically diverse UK cohort. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, p. 712, 2020.

FARIA, Amanda; SIQUEIRA, Pedro. Distorção de imagem corporal de adultos praticantes de musculação de Lavras-MG. 2024. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição)** - Universidade Federal de Lavras, Lavras, MG, 2024.

FELDEN, E. P. G. et al. Fatores sociodemográficos e imagem corporal em adolescentes do ensino médio. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 11, p. 3329–3337, 2015.

FERNANDES, A. C. C. F. et al. Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. **RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 11, n. 63, p. 252-258, 2017.

FERNANDES, A. E. R. Avaliação da imagem corporal, hábitos de vida e alimentares em crianças e adolescentes de escolas públicas e particulares de Belo Horizonte. 2007. 144 f. **Dissertação (Mestrado em Medicina) – Faculdade de Medicina**, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2007.

FERREIRA, P. D. A. A.; SAMPAIO, R. M. M.; CAVALCANTE, A. C. M.; MONTEIRO, T. F.; PINTO, F. J. M.; ARRUDA, S. P. M. Caracterização do comportamento alimentar e estado nutricional de adultos. **Motricidade**, v. 14, n. 1, p. 252–258, 2018.

FERRARI, E. P.; PETROSKI, E. L.; SILVA, D. A. 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, p. 535–544, 2012.

FERRARI, E. P.; PETROSKI, E. L.; SILVA, D. A. S. Prevalence of body image dissatisfaction and associated factors among physical education students. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, Porto Alegre, v. 35, n. 2, p. 119-127, 2013.

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, 2016.

FRAYON, S.; CHERRIER, S.; CAVALOC, Y.; WATTELEZ, G.; TOUITOU, A.; ZONGO, P.; YACEF, K.; CAILLAUD, C.; LERRANT, Y.; GALY, O. Misperception of weight status in the Pacific: preliminary findings in rural and urban 11- to 16-year-olds of New Caledonia. **BMC Public Health**, London, v. 17, n. 1, p. 25, 2017.

GOETZ, E. R.; CAMARGO, B. V. Escala de atitudes em saúde e estética: construção e validação. **Fractal: Revista de Psicologia**, Niterói, v. 26, n. 1, p. 199–222, 2014.

GUEDES, D. P.; LOPES, C. C.; GUEDES, J. E. R. P. Reproducibility and validity of International Physical Activity Questionnaire in adolescents. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 11, n. 2, p. 151–158, abr. 2005.

HAUSENBLAS, H. A. et al. Media effects of experimental presentation of the ideal physique on eating disorder symptoms: a meta-analysis of laboratory studies. **Clinical Psychology Review**, New York, v. 33, n. 1, p. 168–181, fev. 2013.

HOSSEINI S. A, PADHY R. K. **Body image distortion**. Treasure Island: StatPearls Publishing; 2023.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015**. Rio de Janeiro: IBGE, 2016.

JOHNSON, F. et al. Changing perceptions of weight in Great Britain: comparison of two population surveys. **BMJ**, London, v. 337, p. 494, jul. 2008.

JONES, D. C. Interpersonal and familial influences on the development of body image. In: CASH, T.; SMOLAK, L. (Org.). **Body image: a handbook of theory, research and clinical practice**. 2. ed. New York: Guilford, 2011.

KAKESHITA, I. S.; ALMEIDA, S. S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, n. 3, p. 497-504, jun. 2006.

KYE, S. Y.; PARK, K. Gender differences in factors associated with body weight misperception. **Public Health Nutrition**, v. 24, n. 9, p. 2483–2495, 2021.

LEMON, S. C. et al. Contributions of weight perceptions to weight loss attempts: Differences by body mass index and gender. **Body Image**, Amsterdam, v.6, n. 2, p. 90–96, mar. 2009.

LEONHARD, M.L.; BARRY, N.J. Body image and obesity: effects of gender and weight on perceptual measures of body image. **Addictive Behaviors**, v.23, n.1, p.31 - 34, 1998.

MENDONÇA, G.; FÁRIAS JÚNIOR, J. C. de. Percepção de saúde e fatores associados em adolescentes. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 17, n. 3, p. 174–180, 2012.

MIRANDA, V. P. N. et al. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 61, n. 1, p. 25-32, 2012.

MOEHLCKE, M.; BLUME, C. A.; CUREAU, F. V.; KIELING, C.; SCHAAAN, B. D. Autoimagem corporal, insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes brasileiros: um estudo nacional. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 96, n. 1, p. 76–83, jan./fev. 2020.

MOLINA, M. J. R.; IZQUIERDO, D. G.; PÉREZ, M. L. V.; MORENO, R. L.; VALLEJO, E. N.; TORAL, M. V.; et al. Imagen corporal y satisfacción corporal en adultos: diferencias por sexo y edad. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte**, v. 10, n. 1, p. 63–68, 2015.

MOREIRA DE, PINHEIRO, M. C.; CARREIRO, D. L.; et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 18–25, 2017.

MUNHOZ, M. P. et al. Perfil nutricional e hábitos alimentares de universitários do curso de nutrição. **Revista Saúde UniToledo**, Araçatuba, v. 1, n. 2, p. 68–85, 2017.

NUNES, M. A.; et al. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 21–27, mar. 2001.

O'DEA, J. A.; CAPUTI, P. Association between socioeconomic status, weight, age and gender, and the body image and weight control practices of 6- to 19-year-old children and adolescents. **Health Education Research**, England, v. 16, n. 5, p. 521–532, out. 2001.

ORTEGA GONZÁLEZ, J. A.; et al. Comparación de los métodos de antropometría clásica e impedancia bioeléctrica a través de la determinación de la composición corporal en jóvenes universitarias. **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, Madrid, v. 38, n. 4, p. 164–171, 2018.

PAIVA, A. et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 193–206, 2017.

PALUDO, J.; DALPUBEL, V. Imagem corporal e sua relação com o estado nutricional e a qualidade de vida de adolescentes de um município do interior do Rio Grande do Sul. **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, São Paulo, v. 40, n. 1, abr. 2015.

PEIXOTO, Maria do Rosário Gondim; BENÍCIO, Maria Helena D'Aquino; JARDIM, Paulo César Brandão Veiga. Validade do peso e da altura auto-referidos: o estudo de Goiânia. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, p. 1065-1072, 2006.

PINTO, D. C. D.; QUADRADO, R. P. Imagens em construção: satisfação corporal e transtornos alimentares em acadêmicos da área da saúde. **RELACult**, v. 4, n. 759, p. 1–11, 2018.

POLLI, G. M.; JOAQUIM, B. O.; TAGLIAMENTO, G. Representações sociais e práticas corporais: influências do padrão de beleza. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 73, n. 3, p. 54–69, dez. 2021.

POLLI, G. M.; SILVA, J. C. C.; PEREIRA, M. G.; REIS, R. A.; PERUCI, T. T.; GELINSKI, E. M. M.; GEBARA, T. S. S. Social representations of anorexia among university students and risk factors: possible relations. **Psico (PUCRS)**, v. 49, n. 1, p. 12–20, 2018.

RIBEIRO-SILVA, R. C.; FIACCONE, R. L.; CONCEIÇÃO-MACHADO, M.; RUIZ, A. S.; BARRETO, M. L.; SANTANA, M. L. Insatisfação com a imagem corporal e padrões alimentares de acordo com o estado nutricional em adolescentes. **Jornal de Pediatria (Rio J.)**, Porto Alegre, v. 94, p. 155–161, 2018.

RINALDO, N. et al. Body image perception and body composition: assessment of perception inconsistency by a new index. **Journal of Translational Medicine**, London, v. 18, n. 9, p. 1–10, 2020.

ROCHA, M. et al. Vigorexia: um distúrbio da imagem corporal. **EFDeportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, v. 18, n. 181, jun. 2013.

RODRÍGUEZ-RODRÍGUEZ, E. et al. Percepción del peso corporal y medidas adoptadas para su control en población española. **Nutrición Hospitalaria**, Madrid, v. 24, n. 5, 2009.

SAMPAIO, L. R.; SILVA, M. C. M.; OLIVEIRA, T. M.; LEITE, V. R. Semiologia nutricional. Salvador: EDUFBA, 2012. p. 23-47.

SANTOS, Ana Lúcia Lima dos; et al. Relação entre ansiedade e consumo alimentar: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 11, n. 8, p. 1–7, 27 jun. 2022.

SANTOS, E. M. C. et al. Satisfação com o peso corporal e fatores associados em estudantes do ensino médio. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 29, n. 2, p. 214–223, jun. 2011.

SHIN, A.; NAM, C. M. Weight perception and its association with socio-demographic and health-related factors among Korean adolescents. **BMC Public Health**, v. 15, p. 1292, 2015.

SHIRASAWA, T. et al. The relationship between distorted body image and lifestyle among Japanese adolescents: a population-based study. **Archives of Public Health**, Brussels, v. 73, n. 32, p. 32, jul. 2015.

SILVA, L. P.; TUCAN, A. R.; RODRIGUES, E. L.; DEL RÉ, P. V.; SANCHES, P. M. A.; BRESAN, D. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. **Einstein**, São Paulo, v. 17, n. 4, p.1-7, 2019.

SILVA, A. M. B. et al. Jovens insatisfeitos com a imagem corporal: estresse, autoestima e problemas alimentares. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 23, n. 3, p. 483–495, 2018.

SILVA, D. A. S.; PEREIRA, I. M. M.; OLIVEIRA, A. C. C. de. Impacto da escolaridade materna e paterna na percepção da imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. **Motricidade**, Vila Real, v. 8, n. 2, p. 22–31, 2012.

SILVA, D. J.; SILVA, A. B. J.; OLIVEIRA, A. V. K.; NEMER, A. S. A. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 12, p. 3399–3406, 2012.

SOUZA, A. C. de; ALVARENGA, M. S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários - Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 3, p. 286-299, 2016.

SOUZA, C. A.; SOUZA, E. B. DE. Prevalência de insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares em alunos concluintes de nutrição. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 16, n. 100, p. 28-37, 31 ago. 2022.

THOMPSON, J. K.; SCHAEFER, L. M.; MENZEL, J. E. Internalization of Thin-ideal and Muscular-ideal. In: CASH, T. F. (Org.). **Encyclopedia of Body Image and Human Appearance**. New York: Elsevier, 2012.

TIMERMAN, F.; SCAGLIUSI, F. B.; CORDÁS, T. A. Acompanhamento da evolução dos distúrbios de imagem corporal em pacientes com bulimia nervosa, ao longo do tratamento multiprofissional. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 37, n. 93, p. 113-117, 2010.

TORAL, N.; GUBERT, M. B.; SPANIOL, A. M.; MONTEIRO, R. A. Eating disorders and body image satisfaction among Brazilian undergraduate nutrition students and dietitians. **Archivos Latinoamericanos de Nutrición**, v. 66, n. 2, p. 129–134, 2016.

VEGGI, A. B. et al. Índice de massa corporal, percepção do peso corporal e transtornos mentais comuns entre funcionários de uma universidade no Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 26, n. 4, p. 242-247, dez. 2004.

WOLF, N. **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres**. Tradução de W. Barcellos. 15^a edição. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, p. 278, 2020.

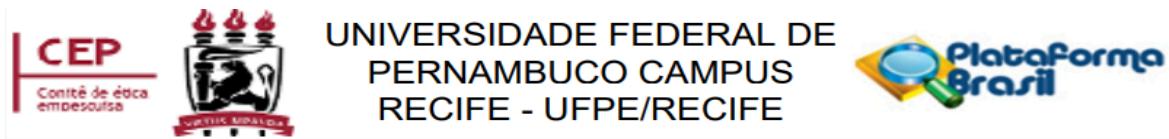
WORLD HEALTH ORGANIZATION. Growth reference data for 5–19 years. Geneva: WHO, 2007.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Geneva: WHO, 1995.

YAHIA, N.; EL-GHAZALE, H.; ACHKAR, A.; RIZK, S. Dieting practices and body image perception among Lebanese university students. **Asia Pacific journal of clinical nutrition**, v. 20, n. 1, p. 21-8, 2011.

ANEXOS

ANEXO A - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE



PARECER CONSUSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Tempo excessivo de tela e a influência da mídia sobre as atitudes em relação à aparência: um estudo em estudantes universitários

Pesquisador: RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 71131423.4.0000.5208

Instituição Proponente: CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 6.329.953

Apresentação do Projeto:

Trata-se de pesquisa da aluna RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO, do mestrado em nutrição/CCS/UFPE, orientado pela professora Poliana Cabral.

Sera uma pesquisa virtual, que pretende analisar a associação entre o tempo excessivo de tela e a influência que a mídia exerce nas atitudes referentes à aparência em um grupo de universitários de uma instituição de ensino superior pública do estado de Pernambuco.

Ao mesmo tempo vão analisar se este tempo de tela influencia o padrão alimentar adotado pelo universitários.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Analizar a associação entre o tempo excessivo de tela e a influência que a mídia exerce nas atitudes referentes à aparência em um grupo de universitários de uma instituição de ensino superior pública do estado de Pernambuco.

Objetivo Secundário:

Caracterizar os estudantes com relação à idade e condição socioeconômica; Analisar se: há associação entre o tempo excessivo de exposição às telas e a influência da mídia nas atitudes referentes à aparência em universitários; há associação entre o estado nutricional dos estudantes e

Endereço: Av. das Engenharias, s/n, 1º andar, sala 4 - Prédio do Centro de Ciências da Saúde

Bairro: Cidade Universitária

CEP: 50.740-600

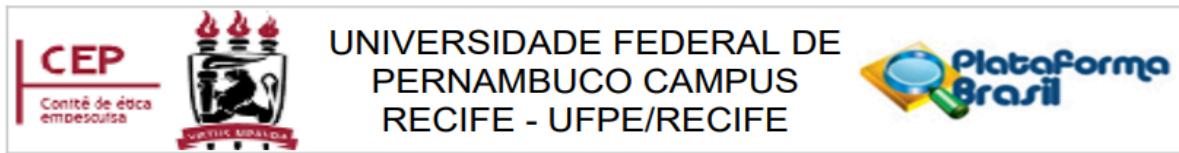
UF: PE

Município: RECIFE

Telefone: (81)2126-8588

Fax: (81)2126-3163

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 6.329.953

a influência da mídia nas atitudes referentes à aparência em universitários; características relativas a gênero se associam com a influência da mídia nas atitudes referentes à aparência em universitários.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Alguns riscos que podem estar associados à participação nessa pesquisa tais como: possível quebra de sigilo, inerente a troca de informações

online, desconforto, considerando o tema, que pode ser sensível para alguns participantes e cansaço, levando em conta a quantidade de perguntas.

A fim de reduzir os riscos, as respostas aos questionários serão acessadas apenas pelos integrantes da equipe de pesquisa, em computador

pessoal, será garantido ao indivíduo de não responder qualquer um dos questionamentos e o instrumento de pesquisa foi estruturado de forma clara

e objetiva, no sentido de promover um tempo de resposta individual de até 15 minutos.

Caso seja evidenciado algum dano consequente à participação na pesquisa, o participante poderá entrar em contato com a pesquisadora

responsável, por meio de contato disponibilizado na ferramenta do estudo, a partir do qual será providenciado apoio médico e/ou psicológico devido,

a ser custeado pela equipe de pesquisa.

Benefícios:

Esse estudo não promoverá benefícios diretos aos seus participantes, entretanto serão produzidos ganhos indiretos, no sentido de que as

informações coletadas serão utilizadas para elaboração de trabalhos a serem publicados. Esses resultados, ao favorecer a compreensão da situação problema do estudo, poderão contribuir para a elaboração de ações e políticas públicas que favoreçam a qualidade de vida desses estudantes.

Além disso, a disseminação dessas informações poderá incentivar outros pesquisadores a estudar o tema, enriquecendo assim de informações que poderão ser aplicadas em ações voltadas para a população dessa pesquisa.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Pesquisa pertinente de grande interesse na área de saúde e qualidade de vida.

Trata-se de um estudo transversal, envolvendo alunos regularmente matriculados nos cursos de

Endereço: Av. das Engenharias, s/n, 1º andar, sala 4 - Prédio do Centro de Ciências da Saúde

Bairro: Cidade Universitária

CEP: 50.740-600

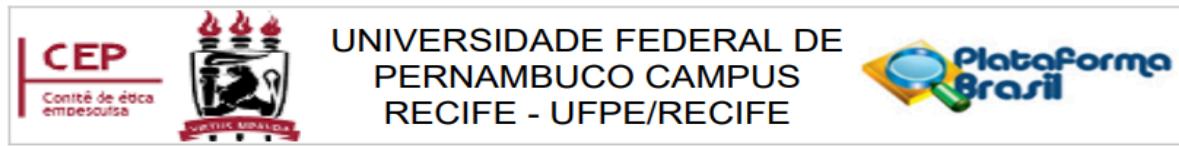
UF: PE

Município: RECIFE

Telefone: (81)2126-8588

Fax: (81)2126-3163

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 6.329.953

Educação Física Licenciatura e Bacharelado, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Nutrição, Odontologia e Terapia Ocupacional da UFPE.

Metodologia Proposta:

Será realizado um contato/convite aos estudantes para participação na pesquisa por meio digital, via aplicativos Whatsapp® e Instagram®. Os estudantes que aceitarem participar da pesquisa, serão conduzidos à ferramenta online do estudo, a qual poderá ser acessada remotamente em qualquer dispositivo com acesso à internet. A coleta se dará em aproximadamente 15 minutos, inicialmente os participantes serão convidados a ler o

TCLE e esclarecer suas dúvidas com relação à pesquisa, em seguida, serão redirecionados ao preenchimento online do questionário da pesquisa.

Na ferramenta do estudo será disponibilizado um contato da pesquisadora responsável, para quaisquer eventuais dúvidas acerca da pesquisa. Para fins de coleta dos dados nessa pesquisa será utilizado um questionário online, através do recurso Google Forms®, contendo perguntas sobre dados de identificação (nome, idade, curso, residência atual, naturalidade, escolaridade materna e informações sobre benefícios do Programa de Bolsas e

Auxílios de Manutenção Estudantil/UFPE ou Programa de Bolsa Permanência/MEC), estilo de vida e aspectos de saúde (uso de medicamentos, álcool, fumo, doenças diagnosticadas), tempo de exposição às telas, dados antropométricos (peso e altura) e o questionário de atitudes socioculturais em relação à aparência (SATAQ-3) adaptado

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos anexados, encontram-se em conformidade com as exigências do CEP/UFPE.

Recomendações:

Nenhuma Recomendação.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

As exigências foram atendidas e o protocolo está APROVADO, sendo liberado para o início da coleta de dados. Conforme as instruções do Sistema CEP/CONEP, ao término desta pesquisa, o pesquisador tem o dever e a responsabilidade de garantir uma devolutiva acessível e compreensível acerca dos resultados encontrados por meio da coleta de dados a todos os voluntários que participaram deste estudo, uma vez que esses indivíduos têm o direito de tomar

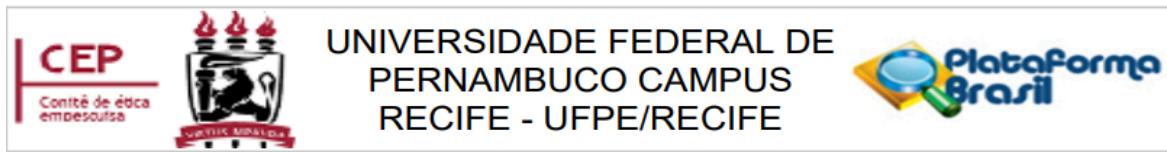
Endereço: Av. das Engenharias, s/n, 1º andar, sala 4 - Prédio do Centro de Ciências da Saúde

Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600

UF: PE **Município:** RECIFE

Telefone: (81)2126-8588 **Fax:** (81)2126-3163

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 6.329.953

conhecimento sobre a aplicabilidade e o desfecho da pesquisa da qual participaram.

Informamos que a aprovação definitiva do projeto só será dada após o envio da NOTIFICAÇÃO COM O RELATÓRIO FINAL da pesquisa. O pesquisador deverá fazer o download do modelo de Relatório Final disponível em www.ufpe.br/cep para enviá-lo via Notificação de Relatório Final, pela Plataforma Brasil. Após apreciação desse relatório, o CEP emitirá novo Parecer Consustanciado definitivo pelo sistema Plataforma Brasil.

Informamos, ainda, que o (a) pesquisador (a) deve desenvolver a pesquisa conforme delineada neste protocolo aprovado. Eventuais modificações nesta pesquisa devem ser solicitadas através de EMENDA ao projeto, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJECTO_2175297.pdf	11/09/2023 16:45:21		Aceito
Outros	Carta_de_resposta.pdf	11/09/2023 16:42:31	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_atualizado.pdf	11/09/2023 16:41:54	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEColetaVirtual_atualizado.pdf	11/09/2023 16:40:32	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto_assinada.pdf	06/07/2023 09:44:01	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	Carta_de_anuencia_assinada.pdf	06/07/2023 09:43:49	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_detalhado.pdf	05/07/2023 15:47:32	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	Historico_Escolar_Renata.pdf	05/07/2023 15:45:15	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	TERMO_DE_COMPROMISSO_E_CONFIDENCIALIDADE.pdf	05/07/2023 15:43:31	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	Lattes_Lucas_Brayner_Santos.pdf	05/07/2023 15:42:44	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	Lattes_Renata_Patricia_Oliveira_Araujo.pdf	05/07/2023 15:42:29	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
Outros	Lattes_Poliana_Coelho_Cabral.pdf	05/07/2023	RENATA PATRICIA	Aceito

Endereço: Av. das Engenharias, s/n, 1º andar, sala 4 - Prédio do Centro de Ciências da Saúde

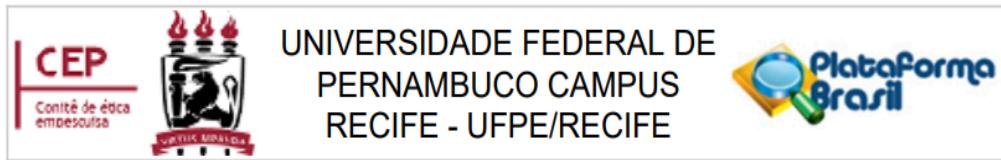
Bairro: Cidade Universitária **CEP:** 50.740-600

UF: PE **Município:** RECIFE

Telefone: (81)2126-8588

Fax: (81)2126-3163

E-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br



Continuação do Parecer: 6.329.953

Outros	Lattes_Poliana_Coelho_Cabral.pdf	15:42:09	OLIVEIRA ARAUJO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLEColetaVirtual.pdf	05/07/2023 15:33:08	RENATA PATRICIA OLIVEIRA ARAUJO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RECIFE, 28 de Setembro de 2023

Assinado por:
LUCIANO TAVARES MONTENEGRO
(Coordenador(a))

ANEXO B - Instrumento de Pesquisa

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO	
Qual o seu nome?	
Qual a sua data de nascimento?	
Qual seu gênero?	
Você é natural de que cidade/município?	
Atualmente reside em que cidade/município?	
Qual curso você estuda na UFPE?	
Qual o grau de instrução da sua mãe?	Não foi alfabetizada; Alfabetizada; Ensino fundamental completo; Ensino médio completo; Graduação; Pós-graduação
Você recebe algum benefício do Programa de Bolsas e Auxílios de Manutenção Estudantil/UFPE ou Programa de Bolsa Permanência/MEC?	Sim; Não

ESTILO DE VIDA E ASPECTOS DE SAÚDE	
Você foi diagnosticado com alguma doença (Diabetes, hipertensão, dislipidemia, câncer, ansiedade, depressão, outra)? Se sim, qual?	
Faz uso de algum medicamento? Se sim, por favor, especifique qual.	
Você já seguiu alguma dieta anteriormente?	Emagrecimento; Ganho de peso;

Se sim, qual foi o objetivo?	Hipertrofia/definição muscular; Outro; Nunca segui dieta anteriormente.
Atualmente está seguindo alguma dieta? Se sim, qual o objetivo?	Emagrecimento; Ganho de peso; Hipertrofia/definição muscular; Outro; Não estou seguindo nenhuma dieta.
Se está seguindo alguma dieta, recebeu orientação profissional sobre? Se sim, por favor, especifique de qual profissional (Por exemplo: Nutricionista, Endocrinologista, Personal Trainer, Enfermeiro(a), Outro).	
Já tomou remédio para emagrecer? Se sim, por favor, especifique qual.	
Como você se vê atualmente?	Magro(a); Normal; Um pouco acima do peso; Muito acima do peso
Você consome bebidas alcoólicas? Se sim, por favor, especifique (Por exemplo: Cerveja, 3 latas, 1 vez na semana).	

DADOS ANTROPOMÉTRICOS	
Qual o seu peso?	
Qual a sua altura?	
TEMPO DE EXPOSIÇÃO ÀS TELAS	
Quanto tempo você passa em frente às telas (computador, telefone/celular, TV e similares) em um dia de semana comum?	Não realizo essas atividades; Realizo por menos de 1h por dia, Realizo entre 1 e 3 horas por dia; Realizo por mais de 3 horas

	por dia; Não sei ou não lembro
QUESTIONÁRIO DE ATITUDES SOCIOCULTURAIS EM RELAÇÃO À APARÊNCIA (SATAQ-3) ADAPTADO	
Programas de TV e páginas e perfis em redes sociais são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, por revistas ou por páginas e perfis em redes sociais a perder peso.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Não me importo se meu corpo se parece com o de pessoas que estão na TV ou nas redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comparo meu corpo com o de pessoas que estão na TV ou nas redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comerciais de TV são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Não me sinto pressionado (a) pela TV, pelas revistas ou pelas páginas e perfis nas redes sociais a ficar bonito (a).	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Gostaria que meu corpo fosse parecido com o de modelos das revistas ou influenciadores	Discordo totalmente = 1; Concordo em

(as) das redes sociais.	grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comparo minha aparência com a das estrelas de TV e do cinema ou influenciadores (as) das redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Videoclipes não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, pelas revistas ou pelas páginas e perfis em redes sociais a ser magro (a).	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Gostaria que meu corpo fosse parecido com o dos (as) modelos dos filmes ou influenciadores (as) das redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Não comparo meu corpo com o das pessoas das revistas ou das redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Artigos de revistas ou páginas e perfis em redes sociais não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, pelas revistas ou pelas páginas e perfis em redes	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem

sociais a ter um corpo perfeito.	discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Gostaria que meu corpo fosse parecido com o dos (as) modelos das revistas ou influenciadores (as) das redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comparo minha aparência com a das pessoas das revistas ou nas redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Anúncios em revistas e nas redes sociais são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, por revistas ou por páginas e perfis nas redes sociais a fazer dieta.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Não desejo ser tão atlético (a) quanto as pessoas das revistas ou influenciadores (as) das redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comparo meu corpo ao das pessoas em boa forma.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Fotos de revistas ou em redes sociais são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Discordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte =

	4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, pelas revistas ou pelas páginas e perfis nas redes sociais a praticar exercícios.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Gostaria de ter uma aparência tão atlética quanto a das estrelas do esporte.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Comparo meu corpo com o de pessoas atléticas.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Filmes são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Já me senti pressionado (a) pela TV, pelas revistas ou por páginas e perfis nas redes sociais a mudar minha aparência.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Não tento me parecer com as pessoas da TV ou nas redes sociais.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Estrelas de cinema ou influenciadores (as) das redes sociais não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5

Pessoas famosas são importantes fontes de informação sobre moda e sobre “como ser atraente”.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5
Tento me parecer com atletas.	Discordo totalmente = 1; Concordo em grande parte = 2; Nem concordo nem discordo = 3; Concordo em grande parte = 4; Concordo totalmente = 5