

Artigo Original – Educação Física

IMAGEM CORPORAL E DISTÚRBIOS ALIMENTARES: ANÁLISE DAS OPINIÕES DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO

Cícero Romão dos Santos¹, Vinicius Barroso Hirota², Marcelo Rodrigues da Cunha³, Renata Pletsch-Assunção³, Carlos Eduardo Lopes Verardi⁴, Elias de França⁵, Luiz Henrique Rodrigues⁶

¹Educador físico e Personal Trainer, Academia Just Fit, São Paulo, Brasil.

²Departamento de Educação Física, Centro Universitário Padre Anchieta, rua Bom Jesus de Pirapora, 100/140, Jundiaí, São Paulo, Brasil.

³Departamento de Fisioterapia, Centro Universitário Padre Anchieta, rua Bom Jesus de Pirapora, 100/140, Jundiaí, São Paulo, Brasil.

⁴Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (Unesp), Bauru, SP, Brasil.

⁵Laboratório do Movimento Humano, Universidade São Judas Tadeu – USJT, São Paulo.

⁶Escola Castanheiras, Alameda Castanheiras, 250, Tamboré - Santana de Parnaíba, SP – Brasil.

Autor para correspondência: Cícero Romão dos Santos. E-mail: coachromaodantos@gmail.com

Resumo

Entender a opinião dos alunos sobre os padrões de beleza preestabelecidos pela sociedade e seus efeitos tem sido motivo de muitos estudos no meio acadêmico. Os principais resultados apontados relatam que os alunos sofrem diferentes transtornos, sejam eles psicológicos ou comportamentais; sendo assim, o objetivo deste estudo foi estudar as possibilidades de manifestação de distúrbios de imagem corporal em alunos entre 15 e 17 anos que frequentam aulas de Educação Física na Rede Oficial de Ensino Médio. Através de uma pesquisa qualitativa, os resultados foram parecidos aos encontrados na literatura pesquisada: 49% dos alunos apresentaram uma grande insatisfação com o padrão de beleza imposto pela sociedade, 54% dos sujeitos apresentaram insatisfação a respeito de sua imagem corporal, 71% afirmam que sentem medo de ganhar peso devido aos preconceitos existentes na sociedade. Entretanto, mesmo entre aqueles que expressaram uma opinião crítica sobre tais padrões, 41% são adeptos de dietas sem orientação de especialista para a perda de peso, 40% adotam exercícios físicos para a perda de peso, 25% adotam exercícios físicos para o ganho de massa muscular. Com base nos resultados, conclui-se que os alunos submetidos aos padrões de beleza corporal impostos pela sociedade manifestam tendências a apresentar transtornos de autoimagem que podem se manifestar nas formas de transtornos alimentares.

Palavras-chave: Transtornos Alimentares, Imagem Corporal, Adolescentes, Ensino Médio.

BODY IMAGE AND EATING DISORDERS: ANALYSIS OF HIGH SCHOOL STUDENT'S OPINIONS

Abstract

Understanding students' opinion about society's pre-established beauty standards and their effects has been the subject of many studies in academia. The main results pointed out that students suffer different disorders, whether psychological or behavioral, so the aim of this study was to study the possibilities of manifestation of body image disorders that can manifest in students between 15 and 17 years old who attend classes of physical education in the Official High School Network. Through a qualitative research the results were similar to those found in the researched literature, with 49% of the students showed great dissatisfaction with the beauty standard imposed by society, 54% of the subjects presented dissatisfaction about their body image, 71% says that they are afraid of gaining weight due to existing prejudices in society. However, even those who expressed a critical opinion on such standards, 41% are adept at dieting without expert advice to lose weight, 40% engage in physical exercise for weight loss, 25% engage in physical exercise for muscle mass gain. With these results, we can conclude that students subjected to the standards of body beauty imposed by society manifest tendencies to present self-image disorders that can manifest in the forms of eating disorders.

Keywords: Eating Disorders, Body Image, Teenagers, High School.

Introdução

Atualmente alguns estudos referentes a distúrbios alimentares, imagem corporal, e modelos estereotipados relacionados à influência das mídias e padrões socialmente predeterminados tem apontado relação entre si¹⁻⁴.

Sabe-se que devido à grande penetração das diversas formas de mídia na maioria dos lares no Brasil, as escolhas de crianças e adolescentes são cada vez mais influenciadas por comerciais, sejam televisivos, sejam em forma de pequenos jogos na internet. Principalmente nesta fase de adaptações e mudanças, padrões predefinidos

podem afetar negativamente o desenvolvimento emocional e o comportamento-relacionamento intra e interpessoal. O que vemos atualmente são padrões de beleza na maioria das novelas ou chamadas comerciais².

Este bombardeio de informações acaba criando predominantemente nas meninas (mas não exclusivamente) distúrbios alimentares como anorexia e bulimia. Nos meninos, normalmente nos anos finais da adolescência, esta busca pelo ideal criado acaba caracterizando pela possível utilização de esteroides anabolizantes.

Primeiramente, há aqueles transtornos que ocorrem precocemente na infância e que representam alterações da relação da criança com a alimentação. Estas condições parecem não estar associadas a uma preocupação excessiva com o peso e/ou a forma corporal, mas podem interferir no desenvolvimento infantil⁵.

Os transtornos alimentares são cada vez mais foco da atenção dos profissionais da área da saúde por apresentarem significativos graus de morbidade e mortalidade. O prejuízo pessoal e social de indivíduos caracteristicamente jovens, o curso longo e variável e o prognóstico reservado requerem planejamento terapêutico mais eficaz e alocação adequada de recursos humanos e financeiros⁶.

Tendo em vista que os transtornos alimentares surgem com grande frequência na infância e na adolescência, o profissional de saúde envolvido com o atendimento deste grupo etário deve estar bem familiarizado com suas principais diretrizes clínicas. O diagnóstico precoce e uma abordagem terapêutica adequada dos transtornos alimentares são fundamentais para o manejo clínico e o prognóstico destas condições⁵.

Assim sendo, o contexto sociocultural e os fatores que modulam seu impacto em cada indivíduo têm lugar assegurado na gênese dos transtornos alimentares⁷.

Devemos estar atentos aos transtornos alimentares, uma vez que os mesmos não aparecem abruptamente, mas são desenvolvidos ao longo dos anos, a partir de predisposições individuais⁸.

Os transtornos alimentares e seus efeitos tanto psicológicos como fisiológicos têm sido alvo permanente de estudo na sociedade acadêmica devido ao crescente número de pacientes diagnosticados nas últimas décadas. Neste período proliferaram, principalmente, os quadros de bulimia, anorexia nervosa e obesidade⁵.

Tendo em vista esta situação e o fato de que todos os adolescentes têm a perspectiva de frequentar a escola, e ter sido demonstrada na problemática deste estudo a necessidade de se discutir como os alunos do Ensino Médio percebem/reproduzem o padrão de beleza da sociedade e se os mesmos se veem em relação com a sua aparência, estando satisfeitos ou não, questionamos se os alunos entrevistados estão satisfeitos com sua imagem corporal.

Seguindo essa linha de raciocínio, o presente estudo teve como objetivo estudar as possibilidades de manifestação de distúrbios de imagem corporal em alunos entre 15 e 17 anos que frequentam aulas de Educação Física na Rede Oficial de Ensino Médio.

Métodos

Para a realização deste estudo, utilizamos os procedimentos da pesquisa descritiva qualitativa, pois de acordo com Thomas e Nelson⁹, o estudo descritivo é um estudo de status e é amplamente utilizado na educação e nas ciências comportamentais. Corrobora Richardson¹⁰, dizendo que a pesquisa tem o objetivo de fazer afirmações para descrever aspectos de uma população ou analisar a distribuição de características.

Para a realização desta pesquisa, participaram vinte e seis alunos (N:26), sendo treze do sexo feminino e treze do masculino, tendo entre quinze e dezessete anos, que frequentam a rede oficial de ensino médio. A escolha dos sujeitos foi baseada em dois pré-requisitos: estarem cursando o ensino médio e serem alunos participantes nas aulas de educação física. Todos os

sujeitos foram escolhidos por essa medida adotada e também por indicação do professor de educação física, sendo todos excelentes alunos que participam efetivamente das aulas. O instrumento utilizado foi uma entrevista semiestruturada em que, de acordo com Marconi e Lakatos¹¹, o entrevistador conduz cada situação com liberdade e leva à direção que considera apropriada. É um meio de explorar mais amplamente uma questão.

A vantagem da entrevista é ser maleável, podendo o entrevistador repetir ou esclarecer perguntas, construir de uma forma distinta, especificar algum significado como garantia de estar sendo compreendido. A entrevista utilizada neste estudo é composta por sete perguntas.

Todos os cuidados de ética em pesquisa foram tomados, levando em consideração a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assinado pelos pais dos alunos, assim como a assinatura do Termo de Assentimento, assinado pelos participantes do estudo (alunos), atendendo as normas de ética em pesquisa de acordo com a resolução n. 466/2012, nos parâmetros da Declaração de Helsinque.

Posteriormente ocorreram as entrevistas, de acordo com a disponibilidade de tempo de cada sujeito, e foram realizadas todas no mesmo espaço físico e em dias diferentes. Os dados da entrevista foram organizados por meio da técnica de análise de conteúdo que, segundo Gil¹², é uma técnica que sonda através de uma descrição o conteúdo ocorrido das comunicações e visa interpretá-las, buscando atingir o objetivo do estudo.

Resultados e Discussão

Após a realização das entrevistas *in loco*, os resultados foram tratados e discutidos em sequências e gráficos para interpretação.

A primeira questão foi relacionada a quais seriam os modelos de beleza corporal que os alunos

entrevistados identificam como sendo predominante na sociedade em que vivem, na qual os alunos participantes poderiam se expressar da maneira que julgassem adequada. Podemos observar que nessa questão as respostas foram muito parecidas (gráfico 01). Em primeiro lugar, 41% identificam os modelos de beleza corporal como sendo fortes e malhados; em segundo lugar, 35% afirmam que o padrão predominante é o magro. Em terceiro lugar, com 15%, o padrão predominante está relacionado a uma boa forma física. Em quarto lugar, 9% afirmam que fatores étnicos são predominantes na sociedade.

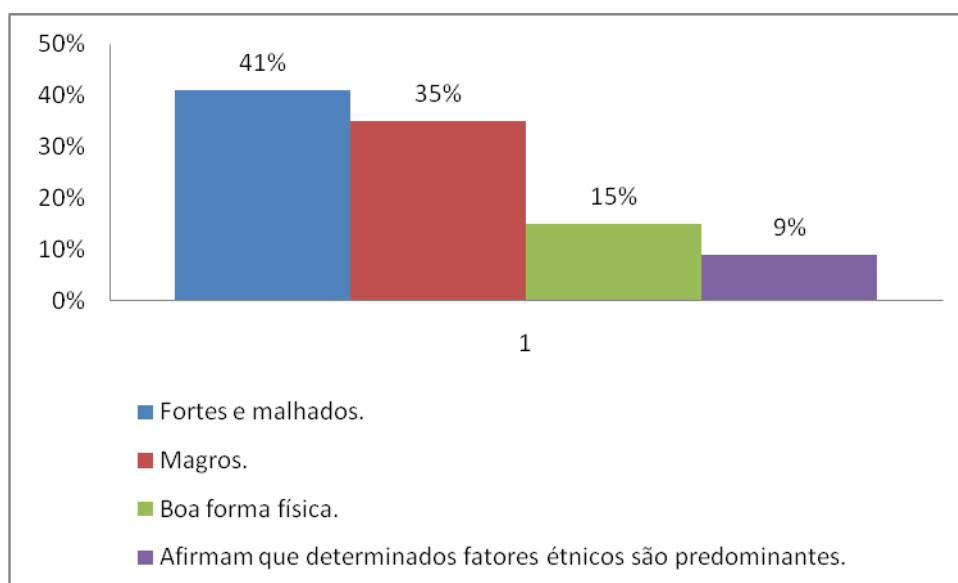


Gráfico 01: Quais os modelos de beleza corporal que você identifica como sendo predominantes em nossa sociedade?

A presente questão nos mostra que para estarem dentro dos padrões de beleza corporal estabelecidos pela sociedade, as pessoas devem ser fortes e malhadas, devem estar em uma perfeita forma física, e o magro também aparece como sendo belo. Os padrões predefinidos como os que vêm sendo apontados nas entrevistas podem afetar negativamente o desenvolvimento emocional e o comportamento intra e interpessoal dos indivíduos¹.

Em estudo realizado em 2019 com modelos, os participantes apresentaram distorção na percepção da imagem corporal, insatisfação com o corpo e risco de desenvolver transtorno alimentar, e as atitudes alimentares demonstraram a preocupação e pavor em ganhar peso, mesmo entre aqueles que utilizam prioritariamente o rosto em

seus trabalhos¹³. Ainda em outro estudo recente, a dimensão imagética da beleza ancorou-se em elementos voltados ao sucesso nas relações sociais e no binômio saúde e bem-estar¹⁴.

A segunda questão está relacionada à opinião dos alunos entrevistados sobre o padrão de beleza corporal imposto pela sociedade. Nessa questão fica muito claro o senso crítico dos alunos em relação ao tema abordado. Em primeiro lugar, 49% afirmam que o padrão de beleza corporal imposto pela sociedade é preconceituoso. Em segundo lugar, 36% afirmam que o padrão é manipulador. Logo em seguida, em terceiro lugar, 15% afirmam seguir o padrão, por viver em uma sociedade que impõe padrões de beleza preestabelecidos (gráfico 02).

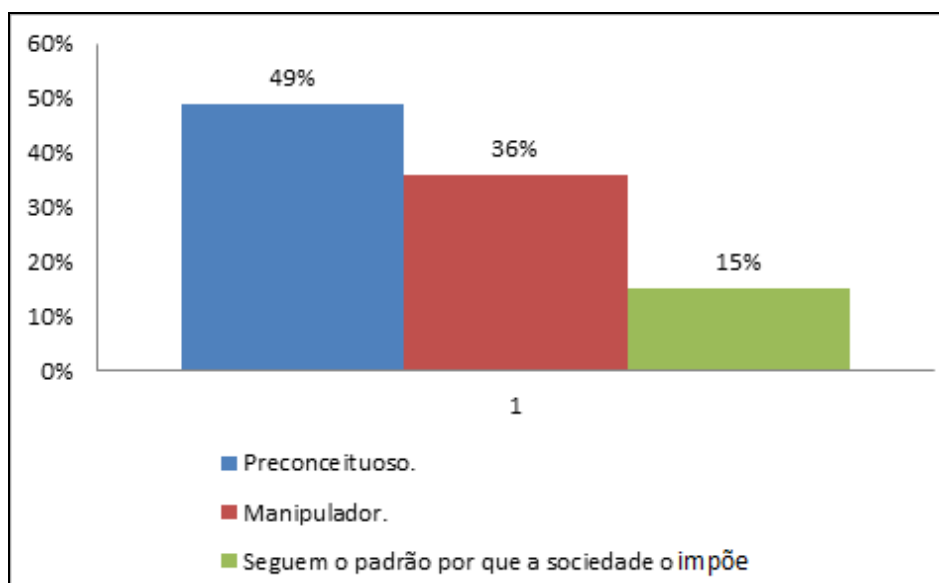


Gráfico 02: O que você acha do padrão de beleza imposto pela sociedade?

Os padrões de beleza, fortemente influenciados pela mídia e fortalecidos pela sociedade, têm exigido perfis antropométricos cada vez mais magros, podendo levar à preocupação com a imagem corporal. Indivíduos jovens anseiam o ideal estético da magreza e alertam para a necessidade de estratégias em saúde pública, a fim de minimizar a pressão exercida pela sociedade com relação às formas corporais e evitar as possíveis consequências da insatisfação corporal, como a ingestão inadequada de nutrientes, transtornos alimentares, depressão e ansiedade¹⁵.

A terceira questão investiga se existe um sentimento de medo entre os alunos entrevistados de ganharem peso corporal. Em primeiro lugar, 71% disseram que têm medo de ganhar peso

devido ao preconceito em diferentes níveis da sociedade. Em segundo lugar, 16% sentem medo de perder peso e não de ganhar. Em terceiro lugar, 8% sentem medo de ganhar peso por preocupação com saúde. Em quarto lugar, 5% não sentem medo de ganhar peso. Podemos observar que grande a maioria dos entrevistados apresentam medo de ganhar peso, e o medo de ganhar peso que os alunos demonstraram durante as entrevistas está relacionado à aceitação do indivíduo na sociedade, já que nos dias atuais a magreza e o corpo perfeito são impostos como condição suprema de aceitação do indivíduo na sociedade¹.

A busca pelo corpo ideal imposto pela mídia credita o aumento dos transtornos alimentares até no meio esportivo; os desportistas da amostra

apresentam alta predisposição para o desenvolvimento de transtornos alimentares e distorção da imagem corporal, sendo mais prevalente nos indivíduos do sexo feminino¹⁶. Foi evidenciada em uma pesquisa com universitárias de curso de Nutrição a existência de relação entre a insatisfação com a imagem corporal e o comportamento de risco para transtornos alimentares¹⁷. Em outro estudo realizado com estudantes do ensino superior de um curso de Educação Física do ABC paulista, ficou evidente que as mulheres apresentam uma distorção mais elevada da imagem corporal, ou seja, se veem com mais massa corporal do que realmente estão e gostariam de estar mais magras¹⁸.

Nos dias atuais, o padrão de beleza imposto pela sociedade tem causado diversas doenças, incluindo transtornos alimentares que poderiam ser evitados se houvesse um maior interesse e conhecimento dos profissionais da área da saúde (professores de educação física, nutricionistas etc.), levando a discussão às escolas, à mídia e para os pais, promovendo o entendimento sobre alimentação, saúde e questões relacionadas ao corpo em crescimento e desenvolvimento.

A quarta questão está relacionada à satisfação corporal vista pelos indivíduos diante do espelho. Em primeiro lugar, 54% não estão satisfeitos por acreditarem estar fora do padrão de beleza corporal. Em segundo lugar, 28% não estão satisfeitos por acreditarem estar com sobrepeso. Em terceiro lugar, 18% estão satisfeitos com sua imagem. Como podemos observar, a maioria dos sujeitos afirma insatisfação com seu corpo visto diante do espelho.

A imagem corporal em indivíduos obesos, principalmente do sexo feminino, pode ser traduzida na forma de ansiedade, que altera o nível da consciência, fazendo com que essas pessoas desejem a diminuição do peso e, ao mesmo tempo, o resgate da identidade perdida¹⁹.

O culto ao corpo da atualidade apresenta-se como um espetáculo de corpos construídos e diz a todo instante que para o indivíduo ser socialmente aceito, deve se preocupar com a sua aparência. Parece possível afirmar que os meios de comunicação de massa reforçam esta ideia, levando a sociedade a acreditar nela e a buscar padrões ideais que são vistos como naturais²⁰.

Ao serem questionados durante as entrevistas a respeito de quais seriam

os motivos de serem adeptos ou não de dietas e de jejum, 41% dos entrevistados afirmaram adotar dietas para perder peso, sem orientação de especialista. Em segundo lugar, 27% não são adeptos de dietas; 22% ficam em jejum por longos períodos para perder peso, e 7% adotam dietas para ganho de massa muscular. Apenas 3% são adeptos de dietas com orientação especializada.

Não é difícil observar nos resultados que a grande maioria dos entrevistados adota dietas sem orientação de um especialista e que isso pode estar diretamente relacionado com o padrão físico de cada indivíduo¹; desta maneira, distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia, podem ser causadas por dietas sem orientação nutricional.

Adolescentes fazem parte de um grupo de risco para o desenvolvimento de transtornos do comportamento alimentar, visto que nesta fase de intenso desenvolvimento ocorrem modificações psíquicas, mentais e físicas, o que pode causar insatisfações corporais até que tal desenvolvimento termine²¹.

Por motivos como esses descritos, os transtornos alimentares e seus efeitos, tanto psicológico como fisiológico, têm se tornado alvo

permanente de estudos na sociedade acadêmica, devido ao crescente número de pacientes diagnosticados nas últimas décadas. Neste período têm proliferado os quadros de anorexia nervosa, vigorexia e obesidade.

De acordo com Romaro e Itokazu, a bulimia nervosa é um transtorno que tem como características fundamentais: episódios recorrentes de compulsões com grande ingestão de alimentos dentro de um curto espaço, seguido de um sentimento de falta de controle sobre o comportamento alimentar durante tais episódios²². No entanto, o paciente apresenta na sequência um comportamento compensatório inadequado, com o intuito de prevenir o aumento de peso. Segundo os autores, esta compensação é feita através da autoindução de vômitos, uso exagerado de laxantes e diuréticos ou ainda outros medicamentos, jejuns ou exercícios excessivos.

A sexta questão está relacionada à ingestão de alimentos mesmo estando sem fome. Em primeiro lugar, 51% afirmam comer mesmo estando sem fome, apenas por ansiedade. Em segundo lugar, 26% ficam em jejum por longos períodos do dia. Em terceiro lugar, 13% alegam sentir náuseas quando tentam comer estando sem

fome. Em quarto lugar, 10% alegam não comer, por se sentirem culpados. A maioria dos entrevistados alega comer por ansiedade, ou comem o menos possível durante o dia.

Os sentimentos negativos (como frustração e raiva), depressão e ansiedade, determinadas situações sociais e/ou alimentos particulares podem desencadear a compulsão alimentar²³. A compulsão alimentar é caracterizada por episódios de grande ingestão alimentar, num período de tempo muito curto, acompanhados pela sensação de perda de controle²⁴.

Apollinário e Claudino explicam que episódios de compulsão alimentar, como os apontados nos resultados deste estudo, estão relacionados com sentimento de frustração, tristeza e ansiedade⁵. Os transtornos alimentares

são doenças que afetam particularmente adolescentes e adultos jovens do sexo feminino, levando a marcantes prejuízos psicológicos e sociais e ao aumento de morbidade e mortalidade²⁵.

A sétima questão está relacionada à prática de exercícios físicos e aos objetivos dos mesmos (gráfico 03). Em primeiro lugar, 40% adotam exercícios físicos para a perda de peso, 25% adotam exercícios físicos para o ganho de massa muscular. Em terceiro lugar, 16% são adeptos da prática apenas por lazer. Em quarto lugar, 11% não praticam atividades físicas, alegando medo de perder peso, e 8% se consideram pessoas totalmente sedentárias.



Gráfico 03: Você pratica exercícios físicos? Qual o objetivo dessa prática?

Nessa questão sobre os fatores pelos quais praticam atividades físicas, fica evidente que adotam a prática para que ocorra uma melhora da aparência física.

A atividade física mostrou ser um importante método para controle e perda de peso em pacientes com transtornos alimentares. Apesar dos benefícios da atividade física regular, as principais motivações para a prática de exercício não estão relacionadas aos benefícios do exercício físico em si, mas à necessidade de emagrecimento²⁶.

Desta maneira, programas de incentivo à prática de atividade física (adesão e permanência) devem ser elaborados considerando-se as motivações dos grupos específicos, podendo ser associados os benefícios com as motivações individuais dos praticantes.

Em estudo desenvolvido por Teixeira et al. sobre a prática de exercícios físicos em pessoas com transtornos alimentares, vislumbram-se objetivos como promover saúde por meio da educação e da prática regular de exercícios, enfatizar o cuidado com a saúde, com a imagem corporal e com a autoestima, colaborar com a

recuperação de peso, promovendo, principalmente, ganho de massa magra e diminuindo o tecido adiposo, incentivar a prática de exercícios como uma alternativa de atividade social, desmistificar crenças e mitos referentes à prática excessiva e inadequada²⁷.

Existe a necessidade de programas de educação alimentar e promoção da atividade física direcionados a adolescentes como forma de auxiliar na prevenção de agravos à saúde, como o sedentarismo e a inadequação alimentar²⁸.

Acredita-se que todos aqueles envolvidos no trato com crianças e adolescentes, particularmente os profissionais da saúde e da educação, estejam capacitados a desenvolver tais habilidades, auxiliando na formação de indivíduos saudáveis e, portanto, capazes de se integrar efetivamente à sociedade e à cultura a qual pertencem, cooperando, assim, com o seu desenvolvimento²⁰.

Verificando as respostas dos sujeitos participantes deste estudo e comparando com resultados de estudos anteriores, percebemos que os alunos têm uma visão de corpo já idealizada devido a padrões preestabelecidos pela

sociedade. Os alunos ainda pontuam a sociedade como sendo manipuladora e influenciadora, afirmando que a mesma visa controlar uma quantidade em massa de pessoas, fazendo com que elas se tornem suas seguidoras, ou sofram os preconceitos que surgirão por não estarem dentro de tais padrões estabelecidos.

Os resultados encontrados mostram que os alunos percebem a importância de praticar atividades físicas, porém a grande maioria relaciona essas práticas ao culto do corpo, ou seja, para melhorar sua forma física; a busca por um corpo perfeito fica em evidência. Tais padrões também estabelecidos pela mídia fazem com que jovens tenham uma visão deturpada de seus corpos diante do espelho, causando aos mesmos uma insatisfação com o corpo. Fatores como esses já mencionados fazem com que esses alunos adotem dietas sem orientação nutricional, mais uma vez visando à busca implacável pelo corpo idealizado. Verificando as respostas dos alunos entrevistados e comparando com estudos anteriores, percebemos que esse bombardeio de informações pode causar diferentes tipos de transtornos.

Conclusão

Os resultados obtidos pelo presente estudo apontaram que os participantes entrevistados têm uma visão de si com base na sociedade, naquilo que é predeterminado como corpo ideal, e o conceito de um corpo perfeito é apontado como condição suprema de aceitação para os jovens entrevistados. Além disso, esses mesmos jovens apresentam comportamentos alterados a respeito de hábitos alimentares, autoestima e transtornos de autoimagem, que podem se manifestar nas formas de anorexia e bulimia. Desta maneira, torna-se oportuno realizar mais estudos que possam verificar as questões de distúrbios alimentares e imagem corporal, por meio de análises qualitativas.

Referências

1. Furlan AC. Anorexia em alunas de educação física. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*. 2006; 5:26-30.
2. Prado Filho K, Trisotto S. O corpo problematizado de uma perspectiva histórico-política. *Psicologia em Estudo*. 2008;13(1):115-121.

3. Oliveira RG, Barcellos DMN, Prado SD. Corpo, consumos e comensalidade na cidade: reflexões sobre os afetos na publicidade. *Interin*. 2019;24(1).
4. Cordás TA. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *Revista de Psiquiatria Clínica*. 2004;31(4):154-157.
5. Appolinário JC, Claudino AM. Transtornos alimentares. *Rev. Bras. Psiquiatr*. 2000;22(Supl II):28-31.
6. Pinzon V, Nogueira FC. Epidemiologia, curso e evolução dos transtornos alimentares. *Rev PsiquiatrClín*. 2004;31(4):158-160.
7. Stice E, Schupak-Neuberg E, Shaw HE, Stein RI. Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: an examination of mediating mechanisms. *J Abnorm Psychol*. 1994;103(4):836-840.
8. Morgan CM, Vecchiatti IR, Negrão AB. Etiology of eating disorders: biological, psychological and sociocultural determinants. *Rev. Bras. Psiquiatr*. 2002;24(supl.3):18-23.
9. Thomas JR, Nelson JK. Métodos de pesquisa em atividade física. 2002, Porto Alegre: Artmed.
10. Richardson RJ. Pesquisa social: métodos e técnicas. 1999, 3. ed., São Paulo: Atlas.
11. Marconi MA, Eva ML. Técnicas de pesquisa. 2002, Vol. 2. São Paulo: Atlas.
12. Gil AC. Métodos e técnicas de pesquisa social. 1999, São Paulo: Atlas.
13. Oliveira SD, Caires TF, da Silva EF, da Silva, CR, Viana SDL. Percepção da imagem corporal e atitudes alimentares de modelos em São Paulo. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. 2019;12(76):1157-1163.
14. Schlösser A, Camargo BV. Percepção Sobre Beleza Física de Estudantes da Área de Exatas e Tecnológicas. *Revista de Psicologia da IMED*. 2019,11(2):79-95.
15. Silva LPRD, Tucan ARDO, Rodrigues EL, Ré D, Vieira P, Sanches PMA, Bresan D. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. *Einstein*;17(4):2019.
16. Hoerlle ELV, Braga KD, Pastore CA, Pretto ADB. Alteração da percepção corporal e prevalência de transtornos alimentares em desportistas. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. 2019;13(78):212-218.
17. Oliveira TC, Bering T, Oliveir, JRT, Segri NJ. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do

curso de nutrição. *Sigmae*.2019;8(2):771-778.

18. Hirota VB, De Marco A, De França E, Caperuto EC, Verardi, CEL. Nível De Atividade Física E Imagem Corporal De Alunos Ingressos De Um Curso De Educação Física Da Cidade De Santo André–SP. *Coleção Pesquisa em Educação Física*. 2012;11(3):153-160.

19. da Silva GA, Lange ESN. Imagem corporal: a percepção do conceito em indivíduos obesos do sexo feminino. *Psicologia Argumento*.2017;28(60):43-54.

20. dos Santos ARM, da Silva EAPC, de Moura PV, Dabbicco P, da Silva PPC, de Freitas CMSM. A busca pela beleza corporal na feminilidade e masculinidade. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*.2013;21(2):135-142.

21. Uzunian LG, Vitalle MSS. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. *Ciênc. Saúde*. 2015;20(11).

22. Romaro RA, Itokazu FM. Bulimia nervosa: revisão da literatura. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2002;15(2):407-412.

23. De Zwaan M. Bingeeatingdisorderandobesity. *Int J ObesRelatMetabDisord*. 2001;25(1):51-55.

24. Leitão M, Pimenta F, Herédia T, Leal I. Comportamento alimentar, compulsão alimentar, história de peso e estilo de vida: diferenças entre pessoas com obesidade e com uma perda de peso bem-sucedida. *Alimentos e Nutrição Araraquara*. 2015;24(4):393-401.

25. Cordás TA. Transtornos alimentares: classificação e diagnóstico. *RevPsiquiatrClín*.2004;31(4):154-157.

26. Assunção SSM, Cordás TA, Araújo LASB. Atividade física e transtornos alimentares. *Revista de Psiquiatria Clínica*. 2002;29(1):4-13.

27. Teixeira P, Costa R, Matsudo S, Cordás T. Physicalexercises inpatientswithheatingdisorders. *ArchClinPsychiatry*. 2009;36(4):145-52.

28. Braggion GF, Matsudo VKR, Matsudo SMM. Consumo alimentar, atividade física e percepção da aparência corporal em adolescentes. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. 2008;8(1):15-22.