Recebido em: 24/03/2015 Parecer emitido em: 03/04/2015 Artigo original

RECH, R.R; GIOTTO, M. de L.; CASAGRANDA, D.; HALPERN, R.; Percepção da imagem corporal e estado nutricional em escolares de 14 a 17 anos da cidade de Caxias Do Sul/RS. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 14, n.3, p.133-140, 2015. ISSN: 1981-4313.

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E ESTADO NUTRICIONAL EM ESCOLARES DE 14 A 17 ANOS DA CIDADE DE CAXIAS DO SUL/RS

Ricardo Rodrigo Rech[1, 2]
Maria de Lourdes Giotto[1]
Denise Casagranda[1]
Ricardo Halpern[2]

[1] Universidade de Caxias do Sul – Ucs
[2] Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre – UFCSPA

RESUMO

A autopercepção da imagem corporal é um fator preponderante na auto-aceitação do adolescente e pode gerar atitudes inadequadas que prejudicam seu crescimento e desenvolvimento. Com isso o objetivo do presente estudo foi verificar a percepção da imagem corporal e do estado nutricional de escolares do 9º ano, com idades entre 14 e 17 anos, da cidade de Caxias do Sul/RS, através da escala de nove silhuetas versus IMC. A informação do índice de massa corporal (IMC) foi obtida por dados antropométricos para classificar o estado nutricional. Utilizaram-se silhuetas padronizadas para avaliar a autopercepção da imagem corporal. Foram avaliados 641 escolares e descobriu-se que destes escolares a maioria estava com seu peso adequado e sua autopercepção correta, porém, o número de escolares com a percepção distorcida da imagem corporal foi grande. O maior percentual de distorção leve foi encontrado nos adolescentes com sobrepeso. Destes escolares, 91,3% assinalaram as silhuetas de baixo peso. Dos escolares com peso adequado, 11,1% deles apresentam uma grave distorção de imagem corporal, assinalando parecer-se com silhuetas de obesos. Entre os escolares obesos, 0,5% também apresentaram-se com grave distorção, assinalando silhueta de peso adequado. Sendo assim conclui-se que há prevalência da percepção correta com a imagem corporal pela maioria dos adolescentes avaliados, mas a grande quantidade de adolescentes que tem distorção da sua percepção causa preocupação, pois são esses que podem ter problemas graves e são principalmente esses que devem ser atingidos com intervenções para a conscientização da percepção corporal.
Palavras-chave: Escolares. Adolescência. Estado nutricional. Imagem corporal.

PERCEPTION OF BODY IMAGE AND NUTRITIONAL STATUS IN STUDENTS BETWEEN AGES 14 AND 17 IN CAXIAS DO SUL/RS

ABSTRACT

Self-perceived body image is a major factor in self-acceptance in adolescents and can generate inadequate attitudes that impair their growth and development. Therefore, the objective of this study was to verify the perception of body image and nutritional status of students in 9th grade, ages between 14 and 17, in the city of Caxias do Sul/RS, by nine silhouettes scale versus BMI. The information of the body mass index (BMI) was obtained by anthropometric data to classify the nutritional state. We used standardized silhouettes to evaluate the self-perception of body image. We evaluated 641 students and found that most of these students had proper weight and correct perception, however, the number of students with distorted body image perception was great. The larger percentage of light distortion was found in overweight adolescents. Of these students, 91.3% pointed to the low weight silhouettes. Of students with normal weight, 11.1% of them have a serious distortion of body image, pointing to resemble obese silhouettes. Among obese children, 0.5% also presented with severe distortion, indicating proper weight silhouette. Thus it was concluded that there is a prevalence of correct perception of body image by most adolescents evaluated, but the large number of adolescents who have distorted their perception causes concern, because those are the ones who may have serious problems and are mainly those who should be reached with interventions to raise awareness of body perception.
Keywords: Students. Adolescence. Nutritional status. Body image.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas os corpos grandes eram desejados, pois significava energia e força, mas com o passar dos anos isso foi mudando e hoje se busca um corpo magro, atlético e com formas definidas, pois, perante a sociedade, representa poder e beleza (BOSI *et al*., 2006). Devido à busca incessante das pessoas por corpos belos e por uma aceitação visual por parte da sociedade, vem sido discutida a relação existente entre a imagem corporal e o estado nutricional (CORDÁS, CASTILHO e 1994). A imagem corporal é a figura de nosso próprio corpo que formamos em nossa mente (CORDÁS e CASTILHO, 1994). Ela é composta por dois componentes: a estima e a insatisfação corporal (SMOLAK e LEVINE, 2001). Já o estado nutricional, que está relacionado com a imagem corporal, expressa o grau pelo qual as necessidades fisiológicas de nutrientes estão sendo atendidas, explicam Kakeshita e Almeida (2006). A percepção da imagem corporal e o grau de insatisfação com ela podem ser avaliados através da escala de silhuetas e do *Body Shape Questionnaire* (BSQ) (COOPER *et al*., 1986). Já o estado nutricional pode ser avaliado através do índice de massa corporal (IMC).

A importância dada à imagem e à aparência corporal tem representatividade significativa nos tempos atuais (BRAGA, MOLINA e CADE, 2007) e o culto ao corpo tem uma ligação com a imagem de poder, da beleza e da mobilidade social, sendo crescente a insatisfação das pessoas com a própria aparência (BOSI *et al*., 2006). Essa busca incessante que as pessoas têm, por um padrão de corpo ideal, além de aumentar a insatisfação, está entre as principais causas de alterações da percepção da imagem corporal (GRAUP *et al*, 2008). A percepção da imagem corporal também pode ser influenciada por fatores sociais, pressão da mídia, busca pela felicidade (CONTI, FRUTUOSO e GAMBARDELLA, 2005) e pelos os pais, amigos e parentes (DAMASCENO *et al*., 2006). Todas essas condições e muitas outras não citadas podem ser determinantes para o desenvolvimento de distorções e distúrbios subjetivos da imagem corporal.

A autopercepção e a satisfação com imagem corporal são importantes para a autoaceitação, principalmente de adolescentes, pois é nessa fase que ocorrem as transformações biológicas e a maturação sexual, e é também nesse momento que a pessoa estrutura a sua imagem corporal (WHO, 2014). Se a percepção da imagem corporal for diferente do corpo idealizado pelo adolescente, pode gerar atitudes inadequadas que prejudicam o crescimento e desenvolvimento dele podendo ocasionar situações depressivas, desordens psicossomáticas e transtornos alimentares, como a anorexia e a bulimia (CURRIE *et al*., 2008).

A distorção da imagem corporal é muito comum nos dias atuais, (FLEITLICH *et al*., 2000). Sendo assim, é importante que pais, educadores e profissionais da saúde atentem para a alta prevalência de insatisfação corporal entre adolescentes e para a necessidade de estratégias que visem à maior satisfação dos adolescentes com o seu corpo (FIDELIX *et al*., 2011). Conhecer e entender as peculiaridades da adolescência é fundamental para o planejamento de ações efetivas, pois intervenções nessa fase poderão prevenir problemas futuros, sendo que é nesse período que ocorre a transformação corporal e pode ser um período de vulnerabilidade e risco e, por isso, necessita de atenção e cuidado (BRAGA, MOLINA e CADE, 2007).

Podemos dizer que o presente estudo é um dos primeiros estudos com escolares de Caxias do Sul, pois tem-se dificuldade de encontrar estudos parecidos para fazer comparações, isso porque a escala de nove silhuetas foi usada para verificar a percepção da imagem corporal e não para verificar o grau de insatisfação com a imagem corporal, como normalmente é usada. Sendo assim o atual estudo torna-se importante por verificar a percepção que os escolares têm da sua imagem corporal através da escala de nove silhuetas comparada ao estado nutricional. Já que o estado nutricional e a percepção corporal distorcida exercem grande influência no desenvolvimento e crescimento dos adolescentes, o estudo tem por objetivo verificar a percepção da imagem corporal e do estado nutricional de escolares do 9º ano na cidade de Caxias do Sul/RS, através da escala de nove silhuetas versus IMC.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo epidemiológico transversal de base escolar e fez parte de um projeto maior, denominado "Obesidade, insatisfação com a imagem corporal e sintomas para transtornos alimentares em uma coorte de escolares na Serra Gaúcha", projeto esse, iniciado em 2011.

A população alvo do presente estudo foram 641 estudantes do 9º ano, matriculados no turno diurno, no ano de 2014, com idades entre 14 e 17 anos, de escolas municipais da cidade de Caxias do Sul, localizada na região Nordeste do estado do Rio Grande do Sul. Os escolares foram avaliados entre os meses de abril a outubro de 2014.

O critério de amostragem foi por conglomerados, onde cada escola foi considerada um conglomerado. Todos os alunos da escola que preencheram os critérios de inclusão foram convidados a participar do estudo. Como critérios de inclusão para poder participar do estudo, os alunos deveriam ter idade de no mínimo 14 e no máximo 17 anos, não ser portador de qualquer complicação que impedisse a prática de atividades físicas, concordar em participar voluntariamente do estudo e apresentar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelos pais ou responsáveis legais. O cálculo do tamanho de amostra está descrito em Rech *et al.*, (2013).

Após a definição da amostra, a equipe avaliadora, composta por dez avaliadores, realizou o treinamento para a padronização das avaliações, sendo confeccionado um manual para as avaliações (manual do avaliador). Com isso, a equipe entrou em contato com as escolas e as crianças/adolescentes para a apresentação do estudo e entrega do TCLE. Após essa tarefa, foi marcada uma nova data para a avaliação. Somente foram avaliados os escolares que se enquadraram nos critérios de inclusão, que apresentaram o termo de consentimento preenchido e assinado pelo responsável legal, além da voluntariedade em participar da pesquisa. As avaliações foram realizadas nas escolas em horário de aula. Em cada escola, um mínimo de 5 avaliadores foi necessário para um adequado fluxo logístico.

No inicio do projeto foi realizado um estudo piloto para verificar questões logísticas sobre a linguagem do questionário e sobre a padronização das medidas antropométricas. Esse estudo piloto foi realizado com 15 crianças de uma escola municipal da cidade que não entrou na amostra final do estudo. O estudo piloto foi realizado após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFCSPA.

As variáveis analisadas no atual estudo foram: idade (em anos), sexo (masculino ou feminino), percepção da imagem corporal e estado nutricional (baixo peso, peso adequado, sobrepeso e obesidade).

As informações relativas à imagem corporal foram obtidas com a escala de 9 silhuetas (*Children's Figure Rating Scale)* (Figura 1) proposta por Tiggeman e Wilson-Barret (1998). Essa escala contém 9 silhuetas numeradas, com extremos de magreza e gordura com altura estável e é apresentada separadamente, segundo o sexo. Quando apresentou-se a escala de nove silhuetas com a seguinte pergunta: "com qual dos desenhos tu mais te pareces?", o adolescente selecionou a figura compatível com o a forma que ele se percebe em relação ao seu corpo. Para a correlação entre escala de 9 silhuetas e índice de massa corporal (IMC) foram consideradas com baixo peso as silhuetas 1 e 2, peso adequado as silhuetas 3, 4 e 5, sobrepeso as silhuetas 6 e 7 e obesidade as silhuetas 8 e 9. Os escolares que assinalaram silhuetas correspondentes ao estado nutricional acima citado foram considerados com percepção correta da sua imagem corporal.

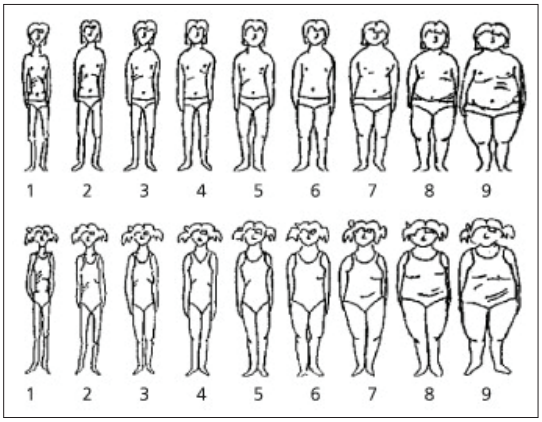

Figura 1. *Children's Figure Rating Scale.*
Fonte: Extraída de Tiggeman e Wilson-Barret (1998).

Para verificar o estado nutricional dos escolares utilizou-se o IMC. O IMC foi calculado a partir das medidas de massa corporal total e estatura (IMC = massa corporal total/estatura^2). Para a medida de massa corporal total foi utilizada balança portátil digital da marca Plenna, com precisão de 100g. Para a medida da estatura foi utilizado estadiômetro fixado na parede e esquadro. A padronização das medidas de massa corporal total e estatura seguiram as diretrizes do *American College of Sports Medicicine* (ACSM, 2007). O estado nutricional dos adolescentes foi definido através dos pontos de corte de IMC para sexo e idade desenvolvidos por Conde e Monteiro (2006). Estes pontos de corte foram criados a partir de um estudo a nível

nacional, que é conhecido como a referência nacional para estado nutricional de crianças e adolescentes. O estado nutricional foi dividido em 4 classificações: baixo peso, peso adequado, sobrepeso e obesidade. E em segunda análise foi dividido em com excesso de peso e sem excesso de peso.

Após coletados, os dados foram armazenados em um banco de dados formatado em EPIDATA e duplamente digitados. Após a verificação da consistência dos dados, o banco foi exportado para o programa SPSS versão 20 onde foi analisado. Inicialmente foi realizada uma análise descritiva, e após uma análise bivariada (tabulação cruzada).

Em relação aos aspectos éticos, para a realização do estudo, se enquadra o TCLE assinado pelos pais ou responsáveis de todos os adolescentes que fizeram parte da amostra. Além do consentimento dos pais, os adolescentes precisaram concordar em participar voluntariamente do estudo. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFCSPA, com número de parecer 1312/11 e cadastro 741/11.

RESULTADOS

Foram avaliados um total de 641 adolescentes (entre 14 e 17 anos), tendo a amostra uma distribuição semelhante por sexo, (50,1% de escolares do sexo masculino e 49,9% de escolares do sexo feminino). Sobre o estado nutricional 1,6% de escolares apresentam baixo peso, 70,8% tem o peso adequado, 19,8% tem sobrepeso e 7,8% tem obesidade. As demais características estão descritas na Tabela 1.

Tabela 1. Características da Amostra.

	N	%
Masculino	321	50,1
Feminino	320	49,9
14 anos	109	17
15 anos	416	64,9
16 anos	57	8,9
17 anos	59	9,2
Estado Nutricional (IMC)		
Baixo Peso	10	1,6
Peso Adequado	454	70,8
Sobrepeso	127	19,8
Obesidade	50	7,8

A Tabela 2 apresenta os resultados referentes ao estado nutricional versus a escala de nove silhuetas, obtendo quatro classificações. Dos 23 adolescentes que veem sua silhueta com baixo peso, 8,7% estão com sua percepção correta, os outros 91,3% estão com sua visão distorcida, pois os mesmos estão com peso adequado. Dos 374 adolescentes que se veem com silhueta de peso adequado, 87,4% estão com sua percepção correta, já outros 2,1% apresentam uma percepção incorreta, pois se encontram com estado nutricional de baixo peso, 9,9% apresentam sobrepeso, e 0,5% estão com grave distorção, pois estão com estado nutricional de obesidade. Dos que se percebem com silhueta de sobrepeso, sendo 226 adolescentes, 37,2% estão com sua percepção correta, 46,0% apresentam uma distorção leve, pois seu estado nutricional indica terem peso adequado e 16,8% obesidade. Por fim dos 18 adolescentes que se veem com silhueta obesa, 55,6% estão com sua percepção correta, já outros 33,3% estão com uma leve distorção da imagem corporal, pois seu estado nutricional indica sobrepeso, e 11,1% estão com sua visão de imagem corporal gravemente distorcida, pois de acordo com o seu estado nutricional estão com peso adequado.

Tabela 2 - Estado Nutricional x Escala de Nove Silhuetas: Quatro Classificações.

	Estado Nutricional			
	Baixo Peso	**Peso Adequado**	**Sobrepeso**	**Obesidade**
Silhueta Baixo Peso	2 8,7%	21 91,3%	0 0,0%	0 0,0%
Silhueta Peso Adequado	8 2,1%	327 87,4%	37 9,9%	2 0,5%
Silhueta Sobrepeso	0 0,0%	104 46,0%	84 37,2%	38 16,8%
Silhueta Obesidade	0 0,0%	2 11,1%	6 33,3%	10 55,6%

Na Tabela 3, foram avaliadas duas classificações para estado nutricional e escala de nove silhuetas. De 397 adolescentes analisados, 90,2% apresentam uma percepção correta de sua imagem corporal, a qual condiz com seu estado nutricional, sem excesso de peso, entretanto 9,8% avaliaram-se como sendo de silhueta adequada, mas tem sobrepeso ou obesidade. Em contra partida, dos 244 alunos, 56,6% demonstraram na avaliação, uma percepção correta de sua imagem corporal frente ao seu estado nutricional, com excesso de peso e 43,3% dos escolares apresentaram em sua análise uma distorção da sua imagem corporal, pois não possuem excesso de peso e se julgam estar com uma silhueta de sobrepeso ou obesidade.

Tabela 3 - Estado Nutricional x Escala de Nove Silhuetas: Duas Classificações

	Estado Nutricional	
	Sem Excesso de Peso	**Sobrepeso + Obesidade**
Silhueta Baixo Peso ou Peso Adequado	358 90,2%	39 9,8%
Silhueta Sobrepeso ou Obesidade	106 43,4%	138 56,6%

DISCUSSÃO

O presente estudo buscou comparar a percepção da imagem corporal de adolescentes com seu real estado nutricional. Optou-se por chamar de distorção leve quando os escolares se percebiam em uma classificação nutricional imediatamente acima ou abaixo da sua real classificação pelo IMC e distorção grave quando os escolares se percebiam em uma classificação não imediatamente acima ou abaixo da sua real classificação pelo IMC. Quando se comparou o estado nutricional dividido em 4 categorias com a percepção da imagem corporal também com 4 categorias, encontrou-se que em todas as categorias os escolares apresentam distorção de sua imagem corporal. O maior percentual de distorção leve foi encontrado nos adolescentes com peso adequado apontado pelo IMC. Destes escolares, 91,3% assinalaram as silhuetas de baixo peso. Ainda nestes escolares com peso adequado, 11,1% deles apresentam uma grave distorção de imagem corporal, assinalando parecer-se com silhuetas de obesos. Entre os escolares obesos (pelo IMC), 0,5% também apresentaram-se com grave distorção, assinalando silhueta de peso adequado.

Através da análise bivariada, com duas variáveis em cada categoria (estado nutricional x imagem corporal), pode-se perceber que, dos adolescentes sem excesso de peso 43,3% apresentam uma distorção de sua imagem corporal. Já nos adolescentes com sobrepeso ou obesidade, apenas 9,8% não apresentam uma percepção correta de sua imagem corporal.

Em seu estudo com 901 escolares entre 8 e 11 anos na cidade de Porto Alegre, RS, Pinheiro e Giugliani (2006), encontraram como resultados que 684 escolares tem um peso normal e destes, 88 (12,9%) se acham gordos. Para chegar aos resultados referentes à percepção da imagem corporal, os autores fizeram a seguinte pergunta para os escolares: "Tu acha que tu és... magro(a), gordo(a),...?". Se comparado ao presente estudo esse número é baixo, pois dos escolares sem excesso de peso ou com peso normal, 43,3% se acham com excesso de peso ou obesos. Nessa comparação devem ser levados em consideração, os métodos utilizados, pois são diferentes, e a idade dos escolares sendo que no atual estudo as mudanças físicas e comportamentais da adolescência podem influenciar na percepção dos escolares.

Castro *et al.*, (2010) realizaram um estudo com 60.937 escolares do 9º ano do ensino fundamental de escolas de 26 capitais de estados brasileiros e utilizaram questionários como método do estudo. Os resultados mais relevantes encontrados pelos autores foram que 74,9% dos adolescentes com baixo peso, realmente se acham com baixo peso, mas 47,2% dos adolescentes com excesso de peso se veem normais. Comparado ao atual estudo, encontramos diferença de resultados, pois 91,3% dos adolescentes com peso adequado se veem com baixo peso e apenas 0,5% dos obesos se veem com peso adequado. Essa diferença nos resultados pode ter ocorrido devido à diferença nos métodos utilizados e no tamanho das amostras dos dois estudos.

Mendonça *et al.*, (2014) fizeram um estudo com 1168 escolares de 12 a 18 anos de idade, de uma grande cidade, com o objetivo de identificar a influência do IMC sobre a percepção da imagem corporal desses escolares. Os autores perceberam que 35% dos adolescentes que estavam abaixo do peso não se percebiam magros, 33,8% dos adolescentes eutróficos não se consideravam eutróficos e 39,1% dos com sobrepeso e 62,1% dos obesos não se percebiam em suas devidas classificações. Na presente pesquisa podemos dizer que a maioria dos escolares que tem peso adequado e obesidade se percebem da forma que realmente são, entretanto nas outras classificações apresentam distorção.

Em outra pesquisa, feita por Branco, Hilário e Cintra (2006) com escolares de 14 a 19 anos de idade, os métodos utilizados são iguais aos do presente estudo, mas os resultados se diferem, pois foi feita a divisão por sexo. Os autores encontraram que as meninas superestimam a sua imagem corporal e que os meninos subestimam a sua imagem corporal. Aproximadamente 39% das meninas eutróficas se perceberam em sobrepeso e 47% das com sobrepeso se perceberam obesas. Já para os meninos 26% dos que tinham sobrepeso se acharam eutróficos e 46% dos obesos se acharam somente com sobrepeso ou eutrofia. Graup *et al.*, (2008) também efetuaram um estudo parecido com o de Branco, Hilário e Cintra, mas com escolares de 9 a 16 anos e os resultados foram parecidos, as meninas se percebem mais gordas do que são e os meninos se percbem mais magros do que são. Dessa forma fica difícil fazer a comparação com os resultados do atual estudo, devido à divisão por sexo, mas isso pode explicar que os escolares que se percebem maiores, talvez sejam meninas e os escolares que se percebem menores do que são, talvez sejam meninos.

A distorção com a imagem corporal pode ter ocorrido pela pressão que a mídia, os pais, os amigos e a sociedade em geral fazem para os adolescentes terem um corpo bonito (DAMASCENO *et al.*, 2006). Na adolescência o corpo sofre diversas transformações, ocorrem mudanças de humor e de comportamento (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2014). Vilela *et al.*, (2001) dizem que no sexo feminino, com o aumento da idade, há a tendência em querer perder peso; já, no sexo masculino prevalece o desejo de ganhar peso. Baseado nessa explicação pode-se dizer que os adolescentes que se percebem mais gordos podem ser meninas, pelo fato de estarem sempre querendo perder peso e os adolescentes que se percebem mais magros podem ser meninos, pelo fato de estarem sempre querendo ganhar peso.

Por mais que não sejam todos os adolescentes que tem distorção da percepção da sua imagem corporal, deve haver uma preocupação por parte dos sistemas de saúde, da sociedade, dos pais e professores, com aqueles que têm distorção, pois essa distorção pode gerar atitudes inadequadas que prejudicam o crescimento e desenvolvimento do adolescente, podendo ocasionar situações depressivas, desordens psicossomáticas e distúrbios sociais e alimentares, como anorexia e bulimia (CURRIE *et al.*, 2008), além de gerar atitudes comportamentais não saudáveis, como exemplo dietas mal-orientadas (CORSEUIL *et al.*, 2009).

CONCLUSÃO

O atual estudo apresenta limitações, sendo que a principal refere-se ao seu delineamento de corte transversal, o que dificulta verificar a relação causa-efeito entre as variáveis. Visto as limitações e que existem poucos estudos com essa temática, o presente trabalho sugere que novos estudos sejam realizados para ampliar o conhecimento a respeito do tema.

Apesar das limitações, o estudo mostrou que ocorre a prevalência da percepção correta com a imagem corporal pela maioria dos adolescentes avaliados, o que demonstra que os adolescentes, de maneira geral, apresentam uma visão adequada de seu peso, que pode ser justificada, pelo auto nível de conhecimento e instrução na idade escolar. Mas a grande quantidade de adolescentes que tem distorção da sua percepção causa preocupação, pois são esses que podem ter problemas graves no futuro.

Desse modo, o presente estudo tem uma total influência e aporte para com os escolares e os profissionais que atuam com os mesmos, contribuindo assim com o ambiente escolar, onde por muitas vezes encontra-se adolescentes com transtornos e comportamentos inadequados. Conclui-se com este estudo, que muitas vezes o adolescente que se mantêm em isolamento ou insatisfeito consigo mesmo, pode apresentar uma distorção de sua percepção para com a sua imagem corporal, representando um fator de risco para seu desenvolvimento e muitas vezes cabe ao profissional de educação física perceber o que está acontecendo, conversar com o adolescente, conversar com os pais e outros profissionais e através de um trabalho interdisciplinar fazer práticas e intervenções para evitar complicações, para conscientizar os adolescentes ou a criança sobre a sua percepção pessoal e social e para tentar mudar hábitos e comportamentos deles.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). **Diretrizes do ACSM para os testes de esforço e sua prescrição**. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BOSI, M.L.M. et al. 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.

BRAGA, P.D.; MOLINA, M.D.C.B.; CADE, N.V. Expectativas de adolescentes em relação a mudanças do perfil nutricional. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, v. 12, n. 5, p. 1221 – 1228, 2007.

BRANCO, L.M.; HILÁRIO, M.O.E.; CINTRA, I.de P. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 33, n. 6, p. 292 - 296, 2006.

CASTRO, I.R.R. de et al. Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 15, n. 2, p. 3099 – 4108, 2010.

CONDE, W.L.; MONTEIRO, C.A. Body mass index cutoff points for evaluation of nutritional status in Brazilian children and adolescents. **Journal of Pediatrics**, v. 82, n. 4, p. 266 – 272, 2006.

CONTI, M.A.; FRUTUOSO, M.F.P.; GAMBARDELLA, A.M.D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 4, p. 491 – 497, jul./ago., 2005.

CORDÁS, T.A.; CASTILHO, S. Imagem corporal nos transtornos alimentares: instrumento de avaliação: Body Shape Questionnaire. **Psiquiatria Biológica**, v. 2, n. 1, p. 1 7- 21, 1994.

COOPER, P.J.; TAYLOR, M.J.; COOPER, Z.; FAIRBURN, C.G. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. **International Journal of Eating Disorders**, v. 6, p. 485 - 494, 1986.

CORSEUIL, M.W. et al. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 20, n. 1, p. 25 – 31, 2009.

CURRIE, C.; et al**. Inequalities in young people's health:** HBSC international report from the 2005/2006 survey. Copenhagen: World Health Organization, 2008.

DAMASCENO, V.O.; et al. Imagem Corporal e Corpo Ideal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 14, n.1, p. 87 - 96, 2006.

FIDELIX, Y.L. et al. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de uma cidade de pequeno porte: associação com sexo, idade e zona de domicilio. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 13, n. 3, p. 202 – 207, 2011.

FLEITLICH, B.W.; et al Anorexia nervosa na adolescência**. Jornal de Pediatria***,* v. 76, p. 323 - 329, 2000.

GRAUP, S. et al. Associação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos de escolares. **Revista Brasileira de Educação Física e esporte**. São Paulo, v. 22, n. 2, abr./jun., 2008.

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

MENDONÇA, K.L.; et al. Does nutritional status interfere with adolescents' body image perception? **Eating Behaviors**, v. 15, n. 3, p. 509 – 512, 2014.

PINHEIRO, A.P.; GIUGLIANI, E.R.J. Quem são as crianças que se sentem gordas apesar de terem peso adequado?. **Jornal de Pediatria**, v. 82, n. 3, p. 232 – 235, 2006.

RECH, R.R. et al. Prevalence and characteristics of victims and perpetrators of bullyng. **Journal of Pediatrics**. Rio de Janeiro, v. 89, n. 2, p. 164 – 170, 2013.

SMOLAK, L.P.; LEVINE, M.P. Body image in children. In: THOMPSON, J.K.; SMOLAK L., editors. **Body image, eating disorders and obesity in youth**: assessment prevention and treatment**.** Washington (DC): American Psychological Association, p. 41 – 66, 2001.

TIGGEMAN, M.; WILSON-BARRET, E. Children's figure ratings: relationship to self-steem and negative stereotyping. **Int J Eat Disord**, v. 23, n. 3, p. 83 – 88, 1998.

VILELA, J.E.M.; et al. Avaliação do comportamento alimentar em crianças e adolescentes de Belo Horizonte. **Psiquiatria Biológica**, v. 9, p. 121 - 130, 2001.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Health for World's Adolescents**, Disponível em: <http://apps.who.int/adolescent/second-decade/.> Acesso em: 01 de Jun. 2014.

Ivo Remo Comandulli, 160 - apto 31B
Santa Catarina
Caxias do Sul/RS
95032-170