

INFLUÊNCIA DA MÍDIA E COMPORTAMENTO ALIMENTAR EM ESTUDANTES DE EDUCAÇÃO FÍSICA E NUTRIÇÃO

Débora Faria Campos¹Camila Castro Rocha¹Juliana Fernandes Filgueiras Meireles¹Clara Mockdece Neves¹Maria Elisa Caputo Ferreira¹¹ Universidade Federal de Juiz de Fora.

RESUMO

Profissionais da área da saúde tendem a sofrer maior influência da mídia e podem estar mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares. O objetivo do presente estudo foi comparar o comportamento alimentar e a internalização midiática entre graduandos dos cursos de Educação Física e Nutrição, bem como verificar a relação existente entre os fatores da influência midiática e o comportamento alimentar em ambos os cursos da área da saúde. A amostra contou com 148 graduandos maiores de 18 anos, de ambos os sexos, de uma universidade pública da cidade de Juiz de Fora/MG. Foram utilizados como instrumentos de avaliação o *Sociocultural Towards Appearance Questionnaire-3*; *Eating Attitudes Test-26*; e um questionário sociodemográfico, a avaliar a influência midiática, os comportamentos alimentares e dados pessoais (idade, massa corporal e estatura), respectivamente. Os resultados apontaram que os estudantes de Educação Física obtiveram uma maior média de idade, e os de Nutrição maiores médias do EAT-26, do SATAQ-3 total e do SATAQ-pressão. Ao identificar as relações entre o SATAQ-3 e suas subescalas e o EAT-26, para os estudantes de Educação Física o EAT-26 aproximou-se mais do SATAQ-intervalização geral, seguido por SATAQ-pressão, SATAQ-total e SATAQ-intervalização atlética. Já para os graduandos do curso de Nutrição, o EAT-26 esteve mais fortemente relacionado ao SATAQ-pressão, SATAQ-total e SATAQ-intervalização geral. Discussões a respeito da pressão cultural direcionada a adesão de um ideal corporal devem ser incentivadas nesse público já que se tratam de futuros profissionais que atuarão na área da promoção da saúde.

Palavras-chave: Mídia. Comportamento Alimentar. Educação Física. Nutrição.

MEDIA INFLUENCES AND EATING BEHAVIOR IN STUDENTS PHYSICAL EDUCATION AND NUTRITION

ABSTRACT

Health professionals tend to suffer greater influence of the media and can be more vulnerable to developing eating disorders. The objective of the present study was to compare eating behavior and media internalization between college students of Physical Education and Nutrition and to verify the relation between the variables of media influence and eating behavior in both courses in the life Science. The sample included 148 students major of 18 years old, of both sexes, from a public university in the city of Juiz de Fora-MG. Evaluation tools were used the Sociocultural Towards Appearance Questionnaire-3; Eating Attitudes Test-26; and a sociodemographic questionnaire to assess the media influences the eating behaviors and personal data (age, body weight and height), respectively. The results indicated that the Physical Education students had a higher average age, and the Nutrition students had highest average of EAT-26, the SATAQ-total score and SATAQ-pressure. By identifying the association between the SATAQ-3 and its subscales and EAT-26, for students of Physical Education EAT-26 was closer to the SATAQ-intervalization general followed by SATAQ-pressure, SATAQ-total score and SATAQ-Internalization athlete. Regarding students of Nutrition, the EAT-26 was more strongly related to SATAQ-pressure, SATAQ-total score and SATAQ-intervalization general. Discussions about cultural pressure for the accession of a body ideal should be encouraged in this public since these are future professionals who will work in the area of health promotion.

Keywords: Media. Eating Behavior. Physical Education. Nutrition.

INTRODUÇÃO

A mídia é sinônimo de meios de comunicação e pode ser entendida como o veículo no qual são transmitidas informações. A abrangência do campo midiático não se limita aos veículos tradicionais (televisão, revistas, jornais), mas se refere a todos os meios de disseminação do imaginário e dos discursos culturais (GOMES, 2001). A mídia pode interferir no comportamento e o pensamento dos indivíduos e tem papel importante na formação da opinião pública (ALVARENGA *et al.*, 2010).

A grande exibição de figuras jovens com corpos perfeitos apresentados nos meios midiáticos pode influenciar os sentimentos com relação ao corpo do indivíduo (BOSI *et al.*, 2006). Autores acreditam haver forte inclinação cultural em considerar a magreza como ideal corporal para mulheres, e a muscularidade como padrão para os homens (FERREIRA; CASTRO; MORGADO, 2014). Muitas vezes esses modelos são inatingíveis e podem desencadear uma imagem corporal negativa (BOSI *et al.*, 2006).

Segundo Schilder (1999), a imagem corporal é a representação do próprio corpo criada por um indivíduo em sua mente, ou seja, como o corpo se apresenta para si próprio. É um fenômeno que envolve duas dimensões: a perceptiva e a atitudinal. A dimensão perceptiva se relaciona com a precisão no julgamento do tamanho, forma e peso do corpo. Já a dimensão atitudinal circunda três elementos centrais: o afetivo, que diz respeito às emoções relativas ao corpo; o comportamental, atitudes referentes ao próprio corpo, isto é, condutas autodefensivas que evitam incômodos referentes ao próprio corpo; e o cognitivo, que se refere aos pensamentos e convicções em relação ao próprio corpo (FERREIRA; CASTRO; MORGADO, 2014). Este último, também diz respeito à aceitação de um padrão de aparência corporal socialmente estabelecidos (CASH; SMOLAK, 2011).

Vários fatores sociais e culturais podem influenciar a imagem corporal dos indivíduos. Família, amigos e mídia tendem a conduzir homens e mulheres a se preocuparem cada vez mais com sua aparência corporal (FERREIRA; CASTRO; MORGADO, 2014). Essa pressão pode estimular uma inquietação exagerada com os alimentos e em consequência, uma modificação no comportamento alimentar (ALVES *et al.*, 2008). Sendo assim, pessoas que são fortemente influenciadas pelo padrão corporal exibido pela mídia podem desenvolver transtornos alimentares em busca desse ideal. Segundo o Manual de Transtornos Mentais (DSM-5) da American Psychiatric Association (APA, 2014), os transtornos alimentares caracterizam-se por uma inquietação constante na alimentação ou no comportamento alimentar, causando alteração no consumo e absorção de alimentos, afetando significativamente a saúde física, psicológica e social do indivíduo. A anorexia e a bulimia nervosa (classificações mais comuns entre os transtornos alimentares), ainda que apresentem uma série de prismas psicológicos e comportamentais comuns, se diferem no que diz respeito ao curso clínico, desfecho e necessidade de tratamento (APA, 2014).

O estudo de Bosi *et al.*, (2008) afirma que profissionais de certas áreas, como os profissionais da saúde, por exemplo, são mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos alimentares, pois sofrem mais pressões associadas a padrões estéticos. Destaca-se que é de grande importância discutir com os jovens sobre a pressão cultural e social direcionada a um ideal de corpo, principalmente aos universitários envolvidos na área da saúde, pois serão eles que futuramente estarão atuando com as concepções e práticas associadas ao corpo e a hábitos alimentares (BOSI *et al.*, 2006).

OBJETIVOS

Comparar o comportamento alimentar e a internalização midiática entre os cursos de Educação Física e Nutrição.

Verificar a relação existente entre os fatores da influência midiática e o comportamento alimentar em ambos os cursos.

METODOLOGIA

Caracterização do estudo

Esse estudo é caracterizado como transversal, quantitativo, correlacional e descritivo. Os estudos transversais testam os fatores em um único momento, os quantitativos buscam compreender os dados e opiniões numericamente, para, posteriormente analisá-los. Nos estudos correlacionais, normalmente o investigador está interessado no grau da relação entre elementos da pesquisa, e nos descritivos busca-se relatar o status do objeto estudado (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012).

Aspectos éticos

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora, por meio do número de inscrição 19851613.7.0000.5147, parecer número 454.726. O estudo foi desenvolvido no âmbito de uma universidade pública, abrangendo dois cursos de graduação: Educação Física e Nutrição. Os participantes do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, aceitando participar voluntariamente da pesquisa. Os objetivos e procedimentos do estudo estavam explícitos nesse documento, assim como a garantia do anonimato de todos os participantes, sendo que esses poderiam retirar seu consentimento ou interromper sua participação no estudo a qualquer momento.

Sujeitos

A população do estudo foi composta por graduandos dos cursos de Educação Física e Nutrição da UFJF. A amostra foi selecionada por conveniência. Dessa forma, foram incluídos neste estudo: alunos que estavam regularmente matriculados; independentemente do período em curso; presentes em sala de aula no momento da coleta de dados; maiores de 18 anos; e que assinassem o TCLE. Foram excluídos aqueles que não preencheram os questionários na sua totalidade.

Instrumentos

A investigação realizou-se por meio de questionários de autorrelato, sendo eles o *Sociocultural Towards Appearance Questionnaire - 3* e *Eating Attitudes Test - 26* e um Questionário Sociodemográfico para o acesso à idade e dados antropométricos para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC).

O SATAQ-3 foi utilizado para avaliar a influência da mídia sobre a imagem corporal. Esse questionário foi traduzido (AMARAL *et al.*, 2011) e validado (AMARAL *et al.*, 2013) para a população jovem brasileira. Ele é composto por 30 perguntas que avaliam quatro dimensões: a internalização geral dos padrões socialmente estabelecidos (questões 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 27), a pressão exercida por esses padrões (questões 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26), a mídia como fonte de informações sobre aparência (questões 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 28, 29) e a internalização do ideal de corpo atlético (questões 19, 20, 23, 24, 30). Todas as questões possuem 5 opções de resposta (escala do tipo Likert), variando de “discordo totalmente” (1) a “concordo totalmente” (5). O escore total é calculado pela soma das respostas, de modo que quanto maior a pontuação, maior a influência dos aspectos socioculturais na imagem corporal do indivíduo. Para a amostra do presente estudo, a consistência interna do instrumento foi avaliada e considerada adequada ($\alpha=0,905$).

O EAT-26 foi aplicado a fim de avaliar os comportamentos de risco para transtornos alimentares. A validação do questionário para adultos brasileiros foi realizada por Nunes *et al.*, (2005). O instrumento é composto por 26 itens, que apresentam 6 opções de resposta (escala tipo Likert), com pontuação de 0 a 3, sendo “sempre” (3 pontos), “muitas vezes” (2 pontos), “às vezes” (1 ponto) “poucas vezes”, “quase nunca” e “nunca” (0 pontos). A questão 25 se diferencia das outras, sendo que sua ordem de pontuação é invertida, para o sempre, muitas vezes e às vezes, não são dados pontos, e para as alternativas poucas vezes, quase nunca e nunca, são dados 1, 2 e 3 pontos, respectivamente. Para o escore total, é realizada a soma dos itens, que pode variar de 0 a 78. Quanto maior o escore obtido, indica possíveis comportamentos de risco para transtorno alimentar. O alpha de Cronbach foi considerado adequado para a mostra do presente estudo ($\alpha=0,827$).

O terceiro e último instrumento de avaliação foi um Questionário Sociodemográfico desenvolvido pelas próprias pesquisadoras. Ele foi composto por perguntas diretas a fim de obter a idade (em anos completos) e dados antropométricos dos participantes. Assim, os indivíduos autorreferiram a sua massa corporal e estatura, que foram utilizadas para o cálculo do IMC (massa corporal [kg]/estatura² [m²]).

Procedimentos

A princípio foi realizado contato com as coordenações dos cursos de Educação Física e Nutrição da UFJF para o esclarecimento dos objetivos e métodos do estudo, bem como, para a obtenção da autorização por escrito para a realização do mesmo.

Com a aprovação do Comitê de Ética, foi feita a aplicação dos questionários, sendo necessária uma intervenção durante as aulas com a permissão dos professores. Após a explicação dos objetivos e métodos da pesquisa, os alunos que concordaram em participar do estudo assinaram o TCLE e responderam aos questionários. Vale ressaltar que não houve tempo limite para o preenchimento dos mesmos.

Análise Estatística

Inicialmente, realizou-se o teste de normalidade Kolmogorov Smirnov, visando verificar a distribuição dos dados, o qual apontou a necessidade de utilização de testes não paramétricos. Em seguida, foi realizada estatística descritiva (média e desvio padrão) para todas as variáveis do estudo. A consistência interna dos instrumentos foi calculada através do alpha de Cronbach e considerado adequado valor superior a 0,70 (STREINER, 2003). Para comparar o comportamento alimentar e a internalização midiática em função do curso foi aplicado o teste U de Mann-Whitney. A correlação de Spearman Rank foi conduzida para verificar a relação existente entre o SATAQ-3 total e suas subescalas e o EAT-26 em cada um dos cursos. Foi utilizado o software SPSS 19.0, e em todos os casos o nível de significância foi de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Foram coletados dados de 150 acadêmicos de ambos os sexos. Entretanto, dois participantes foram excluídos por apresentarem dados incompletos. Dessa forma, a amostra final do presente estudo contou com 148 graduandos, sendo 74 do curso de Educação Física (39 do sexo feminino) e 74 do curso de Nutrição (69 do sexo feminino).

A Tabela 1 apresenta a descrição das variáveis de estudos (idade, IMC, EAT-26, SATAQ-3 e subescalas), e a comparação das médias encontradas entre os cursos de Educação física e Nutrição. Foram encontradas diferenças estatísticas entre os cursos para idade, EAT-26, SATAQ-3 total e SATAQ-pressão.

Tabela 1. Análise descritiva das variáveis estudadas.

	Educação Física		Nutrição		U	p-valor
	Média	DP	Média	DP		
Idade	23,05	2,51	21,68	1,67	1701,5	0,0001*
IMC (kg/m ²)	23,28	2,92	22,78	3,30	2431,0	0,239
EAT-26	9,99	8,49	15,26	9,70	1743,5	0,0001*
SATAQ-3 total	74,19	22,58	83,27	19,30	2044,5	0,008*
SATAQ-internalização geral	16,34	7,83	18,41	7,17	2264,5	0,069
SATAQ-internalização atlética	10,22	3,79	10,53	3,46	2558,0	0,487
SATAQ-pressão	13,04	6,55	15,38	6,42	2120,5	0,017*
SATAQ-informação	14,95	7,07	16,99	6,55	2262,5	0,067

Legenda: DP - Desvio Padrão; IMC - Índice de Massa Corporal; EAT-26 - *Eating Attitudes Test - 26*; SATAQ-3 - *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3*. * significativo para $p < 0,05$.

Buscando identificar as relações entre o SATAQ-3 e suas subescalas e o EAT-26 para os dois cursos avaliados, conduziu-se o teste de correlação de Spearman Rank. Os valores obtidos estão apresentados na Tabela 2.

Para o curso de Educação Física, apenas a subescala “informação” não esteve correlacionada ao EAT-26. No curso de Nutrição, foram identificadas correlações significativas entre o EAT-26 e o SATAQ-3 total e as subescalas “internalização geral” e “pressão”.

Tabela 2. Correlação do SATAQ-3 e suas subescalas com os escores do EAT-26 por curso avaliado através do teste de correlação de *Spearman Rank* (ρ).

Variáveis	EAT-26	EAT-26
	Educação Física	Nutrição
SATAQ-3 total	0,430*	0,302*
SATAQ-internalização geral	0,445*	0,248*
SATAQ-pressão	0,435*	0,326*
SATAQ-informação	0,158	0,108
SATAQ-internalização atlética	0,392*	0,223

Legenda: EAT-26 - *Eating Attitudes Test-26*; SATAQ-3 - *Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3*. * significativo para $p < 0,05$.

DISCUSSÃO

Os universitários envolvidos na área da saúde tendem a sofrer mais intensamente pressões associadas a padrões estéticos, podendo por vezes desenvolver transtornos alimentares (BOSI *et al.*, 2008). Dessa forma, como primeira premissa, este estudo objetivou comparar o comportamento alimentar e a internalização midiática entre os cursos de Educação Física e Nutrição. Os achados demonstraram uma diferença significativa entre as médias da idade, do EAT-26, do SATAQ-3 total e do SATAQ-pressão entre os dois cursos estudados.

Os graduandos do curso de Educação Física tiveram uma maior média de idade quando comparados aos de Nutrição. Apesar desses resultados indicarem que os primeiros buscam o curso em idades mais avançadas, esses dados devem ser analisados com cautela. Na presente pesquisa, a amostra não foi estratificada por período de cada curso. Dessa forma, a coleta por conveniência pode ter influenciado esse resultado. Por isso, pesquisas futuras devem levar em consideração a idade e o período dos universitários.

Os estudantes de Nutrição apresentaram-se mais vulneráveis a adotarem comportamentos alimentares prejudiciais à saúde quando comparados aqueles de Educação Física, apesar de ambos estarem no peso ideal de acordo com as médias do IMC encontradas. Corroborando com esse achado, Penz; Bosco e Vieira (2008) verificaram que as estudantes do curso de Nutrição, mesmo classificadas como eutróficas, apresentaram risco para comportamentos alimentares inadequados. Os autores justificaram esse resultado devido à exagerada preocupação com a forma física dessas estudantes e pelo contato frequente com os alimentos, ocasionando uma obsessão pela aparência idealizada na sociedade (PENZ; BOSCO; VIEIRA, 2008). Vale destacar que no presente estudo, os comportamentos alimentares inadequados foram mais elevados em estudantes desse curso em comparação àqueles da Educação Física. Possivelmente, o maior contato e conhecimentos a respeito dos alimentos podem ser usados para atingir tanto objetivos profissionais quanto pessoais nos futuros nutricionistas. Assim, é possível inferir que o meio em que esses estudantes estão inseridos pode influenciar a manutenção de um corpo perfeito, seja através de hábitos alimentares saudáveis ou por meio da adoção de comportamentos alimentares inadequados para perda de peso.

Os dados relacionados à influência midiática também apresentaram maiores escores para os estudantes de Nutrição, comparados aos de Educação Física. Os padrões propagados pela mídia em muito influenciam no ideal de baixa gordura corporal dos universitários (ALVARENGA *et al.*, 2010). Na presente amostra, os estudantes de Nutrição foram mais fortemente influenciados pelos ideais midiáticos. É possível que, no que diz respeito a esses estudantes, esse fator seja ainda mais impactante, pois apesar do conhecimento sobre alimentação saudável, esses jovens anseiam atingir o padrão de corpo propagado pela mídia (BOSI *et al.*, 2006).

Como segunda premissa, o estudo objetivou verificar a relação existente entre os fatores da influência midiática e o comportamento alimentar em ambos os cursos. Para a Educação Física, os fatores que estiveram mais fortemente relacionados ao EAT-26 foram o SATAQ-internalização geral, seguido por SATAQ-pressão,

SATAQ-total e SATAQ-internalização atlética. A internalização geral é caracterizada como a incorporação de um ideal de corpo valorizado socialmente (FERREIRA; CASTRO; MORGADO, 2014). Já a subescala pressão avalia a “pressão” exercida pela mídia nos indivíduos na adoção de comportamentos a fim de alcançarem um padrão de corpo idealizado (AMARAL, 2011). De acordo com Amaral (2011), o SATAQ-total indica a influência dos aspectos socioculturais na imagem corporal de maneira geral. Por fim, entende-se que a subescala SATAQ-internalização atlética se destina a avaliar o quanto a exposição de imagens de corpos atléticos torna-se referência para os indivíduos (AMARAL, 2011).

Nesse sentido, os comportamentos alimentares dos estudantes de Educação Física foram influenciados mais fortemente pela incorporação de um corpo preconizado na sociedade, seguido pela pressão exercida pela mídia para atingir esse corpo, pela influência dos aspectos socioculturais gerais e pela exposição de imagens de corpos atléticos. Vale ressaltar que inicialmente hipotetizou-se que a subescala internalização atlética exerceria maior influência nesse público. A internalização atlética considera a aceitação e adesão dos corpos ideais atléticos estabelecidos socialmente (ALVARENGA *et al.*, 2010). Ao optarem por serem futuros educadores físicos, os graduandos se veem associados a corpos esculpido e a um maior desejo de atingir corpos atléticos (SILVA; SAENGER; PEREIRA, 2011), podendo comprometer os comportamentos alimentares. Contudo, ressalta-se que a sociedade foi o fator que mais influenciou os comportamentos alimentares desses estudantes.

Com relação ao curso de Nutrição, o EAT-26 esteve mais fortemente relacionado com o SATAQ-pressão, SATAQ-total e SATAQ-internalização geral. Sendo assim, a pressão direcionada à obtenção de um corpo idealizado foi o fator que mais influenciou os comportamentos alimentares dos estudantes de Nutrição, mesmo que estes estejam sempre em convívio com os alimentos e tenham conhecimento sobre suas propriedades (PENZ; BOSCO; VIEIRA, 2008). A correlação estatística identificada entre os comportamentos alimentares e o SATAQ tanto no escore total quanto na subescala internalização geral indicaram a influência dos fatores socioculturais e a incorporação de um ideal de corpo valorizado socialmente nos comportamentos alimentares deletérios à saúde. Vale salientar o estudo de Laus; Moreira e Costa (2009) que, ao pesquisar universitárias nas áreas de saúde e humanas, apontaram que há um predomínio de transtornos alimentares em estudantes de cursos nos quais a aparência física é importante, destacando o de Nutrição. Somado a esse, na pesquisa de Santos; Meneguci e Mendonça (2008) encontraram que alguns grupos, entre eles os nutricionistas, têm uma maior predisposição a desenvolver distúrbios alimentares, devido à demasiada preocupação com o peso corporal. Sendo assim, os estudantes de Nutrição devem ser alvo de pesquisas futuras devido a estas preocupações na saúde psicológica.

Uma questão que se mostrou limitante nesse estudo foi o corte transversal, que inviabiliza a comprovação de relações de causa e efeito. Ainda assim, para este estudo, esse traçado foi satisfatório devido a ampla aplicação desta metodologia em outros estudos (CARVALHO *et al.*, 2013; MIRANDA *et al.*, 2012). Outro fator limitante foi o uso de questionários de autorrelato e o IMC autorreferido, já que existe a possibilidade de os estudantes não responderem fielmente as questões propostas. Porém, essa é uma estratégia rápida, fácil e de baixo custo, a qual tem sido utilizada em diversas pesquisas com esse público (BOSI *et al.*, 2008; CARVALHO *et al.*, 2013; MIRANDA *et al.*, 2012). Por fim, o fato da amostra não ter sido estratificada por idade gera uma condição limitante ao estudo, já que isso pode ter interferido nos resultados. O controle dessa variável é incentivado em estudos futuros.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos neste estudo nos mostram que ao comparar o comportamento alimentar e a internalização midiática nos cursos de Educação Física e Nutrição, os graduandos de Nutrição apresentaram-se mais propensos a adotar comportamentos alimentares deletérios, além de maiores escores no que diz respeito aos dados relacionados à influência midiática.

A partir da relação existente entre os fatores da influência midiática e o comportamento alimentar conclui-se que nos graduandos de Educação Física, o EAT-26 esteve mais relacionado com o SATAQ-internalização geral, seguido por SATAQ-pressão, SATAQ-total e SATAQ-internalização atlética e nos graduandos do curso de Nutrição, o EAT-26 aproximou-se mais do SATAQ-pressão, SATAQ-total e SATAQ-internalização geral.

Estudos como este, que comparam o comportamento alimentar e a influência da mídia entre dois cursos como Educação Física e Nutrição são fundamentais para alertar a necessidade de conscientização sobre a influência que a mídia pode exercer sobre os indivíduos, bem como os prejuízos

que um comportamento alimentar inadequado pode desencadear à saúde. Sendo assim, verifica-se a importância de pesquisas nessa área, inclusive com outros cursos que não fazem parte da área da saúde.

A influência da mídia nos comportamentos alimentares dos graduandos de Educação Física e Nutrição possui uma grande ligação com o risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. São os profissionais da saúde que futuramente estarão atuando com as concepções e práticas associadas ao corpo e a hábitos alimentares, portanto, é importante discutir com esses jovens estudantes sobre a pressão cultural e social direcionada a um ideal de corpo.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. 5. ed. Washington, DC: American Psychiatric Association, 2014.
- ALVARENGA, M.S. et al. Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 59, n. 2, p. 44-51, junho, 2010.
- ALVES, E. et al. Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do Município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 3, p. 503-512, março, 2008.
- AMARAL, A.C.S. et al. Psychometric Evaluation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 among Brazilian Young Adults. **Spanish Journal of Psychology**, Madrid, v. 16, n. e94, p. 1-10. 2013.
- AMARAL, A.C.S. et al. Equivalência semântica e avaliação da consistência interna da versão em português do Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 (SATAQ-3). **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 8, p. 1487-1497, agosto/setembro, 2011.
- AMARAL, A.C.S. **Adaptação transcultural do Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire – 3 (SATAQ – 3) para a população brasileira**. 2011. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, junho, 2011.
- 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**, Rio de Janeiro, v. 55, n. 2, p. 108-113, junho, 2006.
- BOSI, M.L.M. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 57, n. 1, p. 28-33, fevereiro, 2008.
- CARVALHO, P.H.B. et al. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 2, p. 108-114, abril/junho, 2013.
- CASH, T.F.; SMOLAK, L. (Ed.). **Body image: A handbook of science, practice, and prevention**. Guilford Press, 2011.
- FERREIRA, M.E.C.; CASTRO, M.R.; MORGADO, F.F.R. **Imagem Corporal: reflexões, diretrizes e práticas de pesquisa**. Juiz de Fora: Ed. da UFJF, 2014.
- GOMES, P.B.M.B. Mídia, imaginário de consumo e educação. **Educação e Sociedade**, Campinas, v.22, n. 74, pp. 191-207, abril, 2001.
- LAUS, M.F.; MOREIRA, R.C.M.; COSTA, T.M.B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 31, n. 3, p. 192-196, julho, 2009.
- 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, janeiro, 2012.
- NUNES, M.A. et al. The validity and 4-year test-retest reliability of the Brazilian version of the Eating Attitudes Test-26. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research**, Ribeirão Preto, v. 38, n.11, p. 1.655- 1662, novembro 2005.

PENZ, L.R.; BOSCO, S.M.; VIEIRA, J.M. Risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de Nutrição. **Scientia Medica**, Porto Alegre, v. 18, n. 3, p. 124-128, julho/setembro, 2008.

SANTOS, M.; MENEGUCI, L.; MENDONÇA, A.A.F. Padrão alimentar anormal em estudantes universitárias das áreas de nutrição, enfermagem e ciências biológicas. **Ciência et Praxis**, Passos, v. 1, n. 1, p. 1-4, 2008

SCHILDER, P. **A imagem do corpo**: as energias construtivas da psique. Tradução Rossane Wertman. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SILVA, T.R.; SAENGER, G.; PEREIRA, E.F. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. 2011. **Motriz**, Revista de Educação Física, Rio Claro, v.17 n.4, p.630-639, outubro/dezembro, 2011.

STREINER, D.L. Starting at the beginning: an introduction to coefficient alpha and internal consistency. **Journal of Personality Assessment**, v.80, n.1, p.99-103, Michigan, 2003.

THOMAS, J.R.; NELSON, J.K.; SILVERMAN, S.J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. São Paulo: Artmed, São Paulo, 2012.

Rua Dr. João Pinheiro, 620
Jardim Glória
Juiz de Fora/MG
36015-040