

## Relação entre nutrição e transtornos de autoimagem em adolescentes

Maria Eduarda C. Santos; Vitoria B. Nascimento; Andrea Roberta Clemente

Etec de Hortolândia/SP

andrea.clemente@etec.sp.gov.br

### Resumo

A fase da adolescência é marcada por profundas mudanças hormonais, corporais e emocionais, onde o adolescente está no processo de construção da imagem corporal podendo trazer insegurança com seu próprio corpo, pois pode ser facilmente influenciado por fatores sociais, que atualmente é conduzida pela mídia, no qual constrói e impõe um padrão de beleza que valoriza a magreza. A insatisfação com o peso e/ou a distorção de autoimagem podem levar o jovem a usos de métodos inadequados que podem vir a ser fatores de risco para seu desenvolvimento corporal. O objetivo do trabalho foi comparar o nível de satisfação corporal com o peso adequado, além de entender como a autoimagem pode afetar a alimentação. A metodologia foi realizada por meio de uma pesquisa de campo, onde foi elaborado um questionário com indivíduos entre 14 e 19 anos, os quais responderam perguntas diversas sobre a autoimagem corporal e métodos alimentares, também, realizou-se o cálculo de índice de massa corpórea (IMC). Observou-se que o maior problema foi o sobrepeso e a obesidade, que pode ser motivado, além de fatores biológicos, pelo intenso uso de aparelhos eletrônicos e a dependência pelas mídias sociais.

### Introdução

Segundo Slade (1994), a imagem corporal pode ser definida como a percepção que o indivíduo concebe em sua mente sobre seu próprio corpo, ou seja, é a maneira como este se percebe.

Adolescência é um período de construção de identidade e de transformações biológicas, cognitivas e emocionais que favorecem a insegurança do adolescente com seu próprio corpo, constituindo uma fase crítica para a construção da imagem corporal (FONSECA, 2009; PEREIRA, 2016) principalmente na sociedade atual na qual é fortemente influenciada pela mídia, que constrói e impõe um padrão de beleza que valoriza a magreza e rejeita o corpo gordo.

Como consequência, em busca de um padrão aceito e cobrado pela sociedade, vem crescendo a insatisfação dos adolescentes a própria aparência, adotando práticas e/ou medidas inadequadas para o controle de peso (NUNES et. al, 2001). Podendo ser um dos fatores determinantes para o crescimento de comportamentos alimentares anormais.

### Metodologia

A metodologia utilizada foi a elaboração de um questionário com indivíduos com idades entre 14 a 19 anos de sexo masculino e feminino, abordando quais métodos alimentares (revistas, programas TV, remédios, laxantes, dietas de internet, vômito, por você mesmo) já foram realizados, durante a busca de um corpo perfeito e questões que abordaram perguntas referentes a satisfação corporal, onde o indivíduo assinala a imagem que possui e a que gostaria de ter. A partir das informações foi realizado o cálculo do índice de massa corporal (IMC), que avalia se o indivíduo está dentro do seu peso ideal em relação à altura. Com isso, foi verificado as associações entre autopercepção e grau de satisfação corporal, comparando a figura escolhida na pesquisa de campo como representação da silhueta real e silhueta ideal. Mostrando-se aos indivíduos se está realmente acima de peso, ou se isso é apenas a sua percepção a partir do IMC.

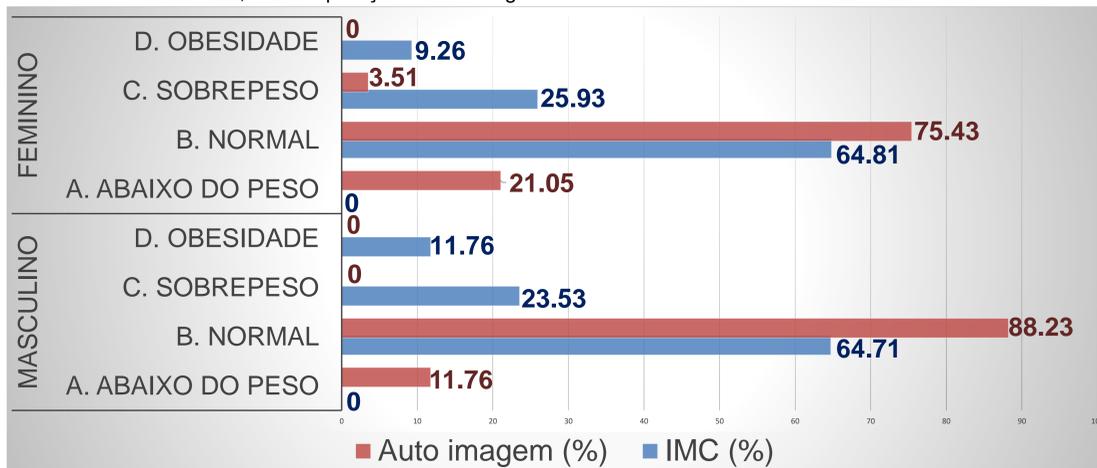
### Resultados

Tabela 1. Quais meios de comunicação já foram usados para criar dietas?



Fonte: AUTORES, 2021.

Tabela 2. Dados do IMC, em comparação a auto imagem dos indivíduos



Fonte: AUTORES, 2021.

### Conclusão

Analisando os resultados obtidos, pode-se observar que o maior problema é o sobrepeso e obesidade desses jovens, que pode ser motivado pelo intenso uso de aparelhos eletrônicos e a dependência pelas mídias sociais, aumentando o sedentarismo destes.

### Referências Bibliográficas

- FONSECA, H. Obesidade na adolescência: um contributo para a melhor compreensão dos fatores psicossociais associados à obesidade e excesso de peso nos adolescentes portugueses Tese de Doutorado. Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa; 2009.
- PEREIRA, A. M. Preocupação com o peso e prática de dietas por adolescentes. Acta Port Nutr. v.6, n.6, p.14-18, 2016.
- SLADE, P. D. What is body image? Behav Res Ther v.32, n.5, p.497-502, 1994.

### Agradecimentos

A Deus por ser a base de nossas conquistas e ter nos dado saúde e força para superar as dificuldades enfrentadas. A professora e orientadora Andrea Clemente, por dedicar o tempo e a paciência aos alunos deste trabalho mesmo em horários fora da aula, onde sempre orientou e incentivou, buscando as melhores formas para desenvolvimento do trabalho. Aos nossos pais, familiares e amigos, por nos apoiarem e acreditarem em nossas capacidades. A todos aqueles que contribuíram, de alguma forma, para a realização deste trabalho.