

INSATISFAÇÃO CORPORAL E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE JUIZ DE FORA, MG¹

Leonardo de Sousa Fortes

Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Valter Paulo Neves Miranda

Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Maria Elisa Caputo Ferreira

Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Resumo

O objetivo do estudo foi analisar a influência do nível de atividade física (NAF) sobre a insatisfação corporal (IC) em adolescentes escolares de Juiz de Fora. Participaram da pesquisa 362 jovens de ambos os sexos. IC e NAF foram avaliados pelo Body Shape Questionnaire e International Physical Activity Questionnaire. Os resultados da análise univariada de covariância demonstraram haver diferença de IC segundo NAF somente no sexo feminino ($p < 0,05$). O modelo de regressão logística evidenciou associação significativa do NAF com a IC exclusivamente para as meninas. Concluiu-se que o NAF exerceu influência sobre a IC somente para o sexo feminino. Além disso, meninas sedentárias demonstraram maiores riscos em apresentar IC quando comparadas a jovens fisicamente ativas.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Atividade Motora. Adolescente.

Introdução

A imagem corporal é um construto multidimensional que se refere a percepções, sentimentos, crenças e comportamentos em relação ao corpo (MIRANDA et al., 2011; CONTI; CORDÁS; LATORRE, 2009; IRIART; CHAVES; ORLEANS, 2009). O interesse por estudar este tema vem crescendo no campo acadêmico nos últimos anos (LEPAGE; CROWTHER, 2010; MIRANDA et al., 2010; ARROYO et al., 2008). No entanto, as pesquisas têm enfatizado e focalizado somente a insatisfação corporal que diz respeito à depreciação que o sujeito tem com o seu peso e a sua aparência física (MIRANDA et al., 2011; CONTI; CORDÁS; LATORRE, 2009). A insatisfação corporal parece se manifestar de forma diferente entre os sexos. Pes-

1-O presente trabalho contou com apoio financeiro do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).

quisadores salientam que as meninas costumam apresentar maior prevalência de insatisfação corporal quando comparadas com seus pares (MIRANDA et al., 2011; MOUSA et al., 2010). Por isso, recomenda-se que o tratamento dos dados em pesquisas de imagem corporal seja feito de acordo com o sexo (FORTES; FERREIRA, 2011; MOUSA et al., 2010).

Ademais, existem evidências de que o estado nutricional (MIRANDA et al., 2011; SCHERER et al., 2010), a composição corporal (ARROYO et al., 2008), a mídia (ALVARENGA et al., 2010) e a prática de atividade física podem influenciar no descontentamento com o próprio corpo (LEPAGE; CROWTHER, 2010; CARRARO; NART; SCARPA, 2010). Segundo Miranda et al. (2010) e White e Halliwell (2010) a prática habitual de exercícios físicos pode gerar sentimentos e afetos positivos sobre o corpo. Entretanto, pesquisadores tem encontrado resultados residuais e discrepantes. Enquanto alguns achados demonstraram alterações significativas na insatisfação corporal em indivíduos submetidos à prática de atividade física (LEPAGE; CROWTHER, 2010; CARRARO; NART; SCARPA, 2010), outros estudos não corroboram com tais tendências (MIRANDA et al., 2010; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2011). Sendo assim, parece que a influência da atividade física sobre a depreciação com o corpo permanece como tópico impreciso e inconclusivo. De antemão, ressalta-se que a variância da insatisfação corporal influenciada pela prática habitual de atividade física não tem sido devidamente estudada no Brasil. Poucos estudos foram desenvolvidos a respeito deste fenômeno (MIRANDA et al., 2010; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2011).

Conhecer possíveis influências do nível de atividade física e da prática regular de exercícios físicos sobre a insatisfação corporal em adolescentes escolares torna-se uma investigação de importância central aos profissionais da área da saúde, em especial, ao professor de Educação Física. Este profissional poderia saber o quanto de atividade física é necessário para provocar modificações positivas/negativas na insatisfação corporal. Portanto, facilitaria tanto a montagem de treinamentos, quanto recomendações de atividades corporais em Escolas, Academias e Clubes e propor estratégias de intervenção mediante o tipo de exercício físico praticado. Ademais, estender este conhecimento ao público masculino poderia preencher possíveis “gaps” na literatura desta área, proporcionando a este público um atendimento

mais adequado às suas reais necessidades. Diante do pressuposto, o objetivo do estudo foi analisar a influência do nível de atividade física sobre a insatisfação corporal em adolescentes escolares de Juiz de Fora, MG.

Método

Trata-se de uma análise transversal realizada no ano de 2011 na cidade de Juiz de Fora/MG.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora, recebendo protocolo 2282.022.2011 com parecer número 022/2011, de acordo com a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

Participantes

A população do estudo foi constituída por adolescentes de ambos os sexos matriculados no ensino fundamental/médio na cidade de Juiz de Fora/MG. Segundo informações do Censo Escolar do ano de 2010, esta população era na ordem de aproximadamente 80.000 (oitenta mil) sujeitos. Realizou-se cálculo amostral segundo recomendações de Field (2009) com os seguintes critérios: 1) prevalência de insatisfação corporal de 30% de acordo com achados de outros estudos (MIRANDA et al., 2011; MATIAS et al., 2010); 2) 5% de margem de erro; e 3) 95% de confiança, totalizando o mínimo de 322 indivíduos que deveriam ser avaliados. No entanto, participaram da pesquisa 395 jovens, porém 33 destes foram excluídos, pois não responderam os questionários em sua totalidade ou não participaram das aferições antropométricas, chegando-se a uma amostra final de 362 escolares. Somente foi incluído no estudo o adolescente que apresentasse o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) assinado pelo responsável, tivesse idade entre 10 e 19 anos, além de ter disponibilidade para responder questionários e realizar avaliações antropométricas.

Medidas

- **Insatisfação corporal**
Avaliou-se mediante aplicação do Body Shape Questionnaire (BSQ) (CONTI; CORDÁS; LATORRE, 2009). Trata-se de uma ferramenta de autopreenchimento composta por 34 questões em escala do tipo li-

kert (0 = nunca a 6 = sempre) que busca avaliar a frequência de preocupação/depreciação com o peso e a aparência física das últimas quatro semanas. O escore é calculado a partir da soma das respostas e varia de 34 a 204, sendo que quanto maior o escore obtido, maior a insatisfação com o corpo. Segundo o escore total, o sujeito é classificado como livre de insatisfação corporal (pontuações abaixo de 80), com leve insatisfação corporal (entre 80 e 110), moderadamente insatisfeito (entre 110 e 140) e com grave insatisfação corporal (escores acima de 140). O BSQ foi validado para a população adolescente Brasileira, apresentando qualidades psicométricas aceitáveis para ambos os sexos (CONTI; CORDÁS; LATORRE, 2009). Para a presente amostra, calculou-se o alpha de Cronbach, obtendo-se valores de 0,92 e 0,90 para meninas e meninos, respectivamente.

- Nível de atividade física

Avaliou-se por meio do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) em sua versão curta (PARDINI et al., 2001). Trata-se de um instrumento autorreportado composto por oito questões discursivas, cujas informações permitem estimar o tempo despendido por semana em diferentes dimensões de atividade física (caminhadas e esforços físicos de intensidades moderada e vigorosa) e de inatividade física (posição sentada). O IPAQ foi desenvolvido com a finalidade de estimar o nível habitual da prática de atividade física em diferentes contextos socioculturais. As perguntas do questionário estão relacionadas às atividades realizadas na última semana anterior à sua aplicação. O IPAQ foi validado para a população jovem Brasileira por Pardini et al. (2001). Ele ainda é dividido nas seguintes categorias segundo seu escore:

Sedentário – Não realiza nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana;

Insuficientemente Ativo – Consiste em classificar os indivíduos que praticam atividades físicas por pelo menos 10 minutos contínuos por semana, porém de maneira insuficiente para serem classificados como ativos. Para classificar os indivíduos nesse critério, são somadas a duração e a frequência dos diferentes tipos de atividades (caminhadas + moderada + vigorosa). Essa categoria divide-se em dois grupos:

Insuficientemente Ativo A – Realiza 10 minutos contínuos de atividade física, seguindo pelo menos um dos critérios citados: frequência – 5 dias/semana ou duração – 150 minutos/semana;

Insuficientemente Ativo B – Não atinge nenhum dos critérios da recomendação citada nos indivíduos insuficientemente ativos A;

Ativo – Cumpre as seguintes recomendações: a) atividade física vigorosa – ≥ 3 dias/semana e ≥ 20 minutos/sessão; b) atividade física mo-

derada ou caminhada – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 minutos/sessão; c) qualquer atividade somada: ≥ 5 dias/semana e ≥ 150 min/semana; Muito Ativo – Cumpre as seguintes recomendações: a) atividade física vigorosa – ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 min/ sessão; b) atividade física vigorosa – ≥ 3 dias/semana e ≥ 20 min/sessão + atividade física moderada e ou caminhada ≥ 5 dias/semana e ≥ 30 min/sessão. Para o tratamento dos dados, juntaram-se os indivíduos classificados como “Sedentário”, “Insuficientemente Ativo A” e “Insuficientemente Ativo B” no mesmo grupo (Sedentário/Insuficientemente Ativo).

Antropometria

A massa corporal foi mensurada por uma balança digital portátil da marca Tanita com precisão de 100g e capacidade máxima de 200kg. Utilizou-se estadiômetro portátil com precisão de 0,1cm e altura máxima de 2,20m da marca Welmy para mensurar a estatura dos adolescentes. O índice de massa corporal foi obtido utilizando o seguinte cálculo: $IMC = \text{massa corporal (kg)}/\text{estatura (m}^2\text{)}$.

As medidas das dobras cutâneas foram efetuadas em triplicata, de forma não consecutiva. Estas foram mensuradas com plicômetro da marca Lange com a precisão de 0,1 mm. Estas medidas foram realizadas do lado direito do corpo. A medição da dobra cutânea do tríceps foi feita na parte posterior do braço, no ponto médio entre o processo acromial e o olécrano. A medição da dobra cutânea subescapular foi realizada 2 cm abaixo do ângulo inferior da escápula a uma inclinação de 45º em relação ao lado do corpo. Para os cálculos da percentagem de gordura (%G), utilizou-se a equação de predição específica para adolescentes proposta por Slaughter et al. (1988).

Procedimentos

Os diretores e coordenadores das instituições de ensino fundamental/médio da cidade de Juiz de Fora/MG foram contatados pelos pesquisadores para serem informados a respeito dos objetivos e procedimentos da pesquisa. Após consentimento de ambos, deu-se prosseguimento ao estudo.

Primeiramente os escolares foram abordados em sala de aula. Estes receberam em mãos o TCLE contendo explicações necessárias sobre a pesquisa. Pediu-se aos alunos que devolvessem este documento

devidamente assinado pelo responsável na semana subsequente a este encontro.

A coleta de dados foi dividida em dois momentos. O primeiro era destinado à aplicação dos questionários (BSQ e IPAQ), em que os alunos responderam de forma subjetiva, além de preencherem um cabeçalho de identificação contendo nome (opcional), sexo e idade. Os questionários foram aplicados por um mesmo pesquisador (LSF), que padronizou as orientações verbais. Os sujeitos do estudo não comunicavam entre si e não houve limite de tempo para preenchimento dos questionários. No segundo momento os adolescentes passaram individualmente pelas aferições antropométricas em uma sala cedida pela escola para mensuração de peso, estatura e dobras cutâneas. Para tanto, este jovem deveria estar trajando uniforme para a aula de Educação Física e descalço.

Análise estatística

Utilizaram-se medidas de tendência central (média e desvio padrão) para descrever as variáveis do estudo segundo sexo. Conduziu-se análise univariada de covariância (ANCOVA), utilizando idade, IMC e percentual de gordura como covariáveis, no intuito de comparar a insatisfação corporal segundo níveis de atividade física. Ademais, utilizou-se a regressão logística binária para averiguar associação do nível de atividade física com a insatisfação corporal. Para este teste, juntaram-se as classificações de insatisfação corporal do BSQ (leve, moderada e grave insatisfação corporal) em “Insatisfeitos”. Por fim, realizou-se análise de regressão linear simples para averiguar a influência do nível de atividade física sobre a insatisfação corporal. Todos os dados foram tratados no SPSS versão 17.0, adotando-se nível de significância de 5%.

Resultados

Participaram da pesquisa 199 (55%) meninas e 163 (45%) meninos, sendo que 276 (76,2%) estavam matriculados em instituição pública e 86 (23,8%) eram pertencentes à escola particular. A média de idade entre as meninas foi de 12,73 ($\pm 1,59$) e entre os meninos de 12,65 ($\pm 1,69$). O IMC derivado do peso e estatura aferidos foi de

19,77 ($\pm 3,66$) e 19,97 ($\pm 3,51$), respectivamente. Estes dados estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1: Média e desvio padrão do BSQ, idade, IMC e percentual de gordura de adolescentes escolares, Juiz de Fora/2011

Variável	Sexo	
	Feminino (n = 199)	Masculino (n = 163)
BSQ	79,96 ($\pm 35,29$)	62,81 ($\pm 28,33$)
Idade	12,73 ($\pm 1,59$)	12,65 ($\pm 1,69$)
IMC	19,77 ($\pm 3,66$)	19,97 ($\pm 3,51$)
%G	25,66 ($\pm 7,27$)	21,74 ($\pm 10,26$)

BSQ = Body Shape Questionnaire; IMC = Índice de Massa Corporal; %G = Percentual de Gordura; n = número de sujeitos.

Em relação à comparação da insatisfação corporal segundo nível de atividade física, encontrou-se diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) somente no sexo feminino (Tabela 2). A insatisfação corporal foi semelhante entre as classificações do IPAQ no sexo masculino, conforme elucidado na Tabela 2.

Tabela 2: Insatisfação corporal segundo nível de atividade física de adolescentes escolares, Juiz de Fora/2011

Sexo Feminino	
IPAQ	Média (Desvio Padrão)
Sedentário/Insuficientemente Ativo	78,33 ($\pm 3,74$)
Ativo	73,26 ($\pm 3,65$)*
Muito Ativo	89,95 ($\pm 4,72$)
Sexo Masculino	
IPAQ	Média (Desvio Padrão)
Sedentário/Insuficientemente Ativo	59,86 ($\pm 3,68$)
Ativo	66,28 ($\pm 3,21$)
Muito Ativo	61,95 ($\pm 7,2$)

IPAQ = International Physical Activity Questionnaire; * $p < 0,05$ em relação ao grupo “Muito Ativo” do sexo feminino.

O modelo de regressão logística binária evidenciou associação significativa ($p < 0,05$) da prática habitual de atividade física com a insatisfação corporal para o sexo feminino (Tabela 3). No entanto, não se identificou associação entre estas variáveis no sexo masculino, como pode ser observado na Tabela 3.

Tabela 3: Razão de chances para insatisfação corporal (categoria de referência: Satisfeito) em adolescentes escolares segundo nível de atividade física, Juiz de Fora/2011

Sexo	Variável	Classificação	OR	IC (95%)
F	IPAQ*	Sedentário	3,23	1,33 – 31,13
		IA-A	0,26	0,09 – 0,79
		IA-B	0,50	0,22 – 1,17
		Ativo	0,35	0,16 – 0,74
		Muito Ativo	1,00	-
M	IPAQ	Sedentário	1,08	0,20 – 5,77
		IA-A	1,26	0,23 – 6,92
		IA-B	0,84	0,25 – 2,87
		Ativo	1,43	0,62 – 3,32
		Muito Ativo	1,00	-

F = Feminino; M = Masculino; IPAQ = International Physical Activity Questionnaire; IA-A = Insuficientemente Ativo A; IA-B = Insuficientemente Ativo B; OR = Razão de chances (odds ratio); IC = Intervalo de Confiança; * $p < 0,05$.

A Tabela 4 apresenta os achados da regressão linear simples utilizando a insatisfação corporal como variável critério. O nível de atividade física influenciou 2% das pontuações do BSQ no sexo feminino ($p < 0,05$). Por outro lado, não se evidenciou resultados estatisticamente significativos para tal influência entre os meninos.

Tabela 4: Influência do nível de atividade física sobre a insatisfação corporal segundo sexo em adolescentes escolares, Juiz de Fora/2011

Sexo	Variável	R	R ²	p
F	IPAQ	0,14	0,02	<0,05
M	IPAQ	0,02	0,001	0,85

F = Feminino; M = Masculino; IPAQ = International Physical Activity Questionnaire.

Discussão

Este trabalho foi desenvolvido com objetivo de analisar a influência do nível de atividade física sobre a insatisfação corporal em adolescentes escolares de Juiz de Fora, MG. Os resultados demonstraram haver diferenças de insatisfação corporal segundo nível de atividade física somente entre as meninas. Ademais, o modelo de regressão logística esteve associado somente para o sexo feminino, além de identificar-se que a prática habitual de atividade física modulou a variância do BSQ também exclusivamente para as adolescentes.

Segundo Lepage e Crowther (2010), o exercício físico regular pode influenciar positivamente a imagem corporal. Além disso, existem evidências que somente uma sessão de atividade física é capaz de alterar a depreciação com o peso e a aparência física (CARRARO; NART; SCARPA, 2010). No entanto, acredita-se que este estudo seja de extrema importância para esclarecer a influência do nível habitual de atividade física sobre a insatisfação corporal em jovens escolares Brasileiros.

Em relação à comparação da insatisfação corporal segundo nível de atividade física, os resultados evidenciaram que meninas classificadas como “Ativo” pelo IPAQ manifestaram menor insatisfação com o peso e a aparência física quando comparadas as jovens do grupo “Muito Ativo”. Estimava-se que meninas com maior nível de atividade física fossem menos insatisfeitas com a aparência corporal. No entanto, parece que o descontentamento com o corpo é maior em escolares que apresentam maior duração ou intensidade em exercícios físicos semanais. Talvez, a insatisfação corporal seja o principal motivo para os sujeitos do sexo feminino engajarem em práticas sistematizadas de exercícios físicos (IRIART; CHAVES; ORLEANS, 2009; MIRANDA et al., 2010). Entretanto, parece que a prática habitual de atividade física exerce pouca influência sobre afetos e sentimentos a respeito do corpo entre jovens meninas (LEPAGE; CROWTHER, 2010). Segundo Carraro, Nart e Scarpa (2010), a prática regular de exercícios resistidos (musculação) pode modular com maior intensidade a satisfação com o peso e com a aparência física em mulheres, principalmente por meio da alteração morfológica que esta modalidade pode proporcionar ao praticante (ARROYO et al., 2008). Por outro lado, Carraro, Nart e Scarpa (2010) salientam que exercícios de cunho aeróbico como a natação, a corrida e o ciclismo são modalidades de atividade física que talvez não influenciem na insatisfação corporal para o sexo feminino.

Ao contrário do sexo feminino, entre os meninos não foram identificadas diferenças de insatisfação corporal segundo níveis de atividade física. Parece que a prática habitual de exercício físico não altera sentimentos de descontentamento com o corpo em jovens do sexo masculino (CARRARO; NART; SCARPA, 2010; MIRANDA et al., 2010). Por outro lado, autores ressaltam que o exercício físico sistemático pode ser considerado fator positivo no desenvolvimento e na modificação de aspectos da imagem corporal (TEIXEIRA; MATSU-

DO; ALMEIDA, 2008; TEIXEIRA et al., 2009). Sendo assim, comparações de subcomponentes da imagem corporal entre praticantes e não praticantes de atividade física contínua como tópico inconclusivo apresentando resultados e hipóteses residuais e discrepantes.

A respeito da associação entre insatisfação corporal e nível de atividade física, o modelo de regressão logística binária evidenciou associação estatisticamente significativa no sexo feminino. Meninas sedentárias demonstraram 3,23 vezes mais chances de serem insatisfeitas com o corpo quando comparadas a jovens com alto padrão de prática de exercícios físicos (“Muito Ativo”). Parece que jovens mulheres com baixa frequência habitual de atividade física possuem maiores riscos em apresentarem preocupação com o peso e com a aparência corporal (TEIXEIRA; MATSUDO; ALMEIDA, 2008). Todavia, pesquisadores argumentam que as taxas de insatisfação corporal podem variar de acordo com o tipo de atividade física praticada (CARRARO; NART; SCARPA, 2010), sendo recomendado dividir a amostra por grupos segundo tipo e característica de exercício físico, quando sejam procedidas comparações de componentes da imagem corporal. No entanto, o IPAQ não permite este tipo de divisão. Ademais, este tipo de comparação não era objetivo prioritário do presente estudo.

Já para o sexo masculino, os resultados da presente pesquisa não demonstraram haver associação entre a insatisfação corporal e o nível de atividade física. Parece que o sedentarismo ou o elevado nível de exercício físico não são fatores de risco para o descontentamento com o corpo em jovens meninos. Talvez, a ociosidade no sexo masculino esteja mais atrelada a outros riscos mentais como a depressão ou a baixa autoestima (TEIXEIRA et al., 2009). No entanto, estas podem predispor adolescentes a maiores sentimentos depreciativos com o próprio corpo (TIMMERMAN; SCAGLIUSI; CORDÁS, 2010). Por outro lado, autores salientam que indivíduos do sexo masculino podem buscar a prática de atividade física na tentativa de remodelamento morfológico (LEPAGE; CROWTHER, 2010). Ademais, resultados do estudo de Arroyo et al. (2008) evidenciaram que a redução do perfil lipídico e o aumento de massa magra, modificações corporais provenientes da prática de exercícios físicos, podem influenciar positivamente na insatisfação corporal no sexo masculino (ARROYO et al., 2008). Portanto, o tema de associação/riscos do nível de ativi-

dade física sobre a insatisfação corporal merece ser melhor explorado em futuros estudos.

Os achados do presente estudo demonstraram que o nível de atividade física explicou 2% da variância da insatisfação corporal para o sexo feminino. Sendo assim, estes resultados demonstram haver pouca influência do nível de atividade física na depreciação com o peso e com a aparência física em meninas. Parece que meninas estão suscetíveis a insatisfação corporal independente do nível habitual de exercícios físicos (DE BRUIN et al., 2009; WHITE; HALLIWELL, 2010). Em contrapartida, Lepage e Crowther (2010) avaliaram os efeitos do exercício físico sobre variáveis afetivas e comportamentais em 62 mulheres. Estes autores identificaram diminuição dos escores de afetos e sentimentos negativos a respeito do corpo após as sessões de exercício físico. Talvez, a insatisfação corporal seja modulada segundo a intensidade e o tipo de exercício. Parece que o treinamento de força ou exercícios aeróbios de alta intensidade são mais indicados para sujeitos que almejam alterar positivamente variáveis afetivas (LEPAGE; CROWTHER, 2010; CARRARO; NART; SCARPA, 2010).

No que tange o sexo masculino, os resultados da regressão linear simples não evidenciaram influências significativas do nível de atividade física sobre a insatisfação corporal. Entretanto, existe evidência que a prática sistematizada de exercícios físicos pode alterar sentimentos a respeito do corpo entre homens jovens (PEDEN et al., 2008). Por outro lado, pesquisadores ressaltam que entre meninos, o descontentamento com o corpo pode não ser modulado pela atividade física, mas sim por baixa auto-estima, depressão, comentários negativos sobre a sua aparência advindo de amigos e familiares, entre outros fatores (TEIXEIRA et al., 2009). Por fim, a relação entre atividade física e imagem corporal ainda permanece como tópico impreciso e inconclusivo que necessita ser mais explorado cientificamente.

Apesar do presente estudo evidenciar achados interessantes, este apresentou algumas limitações que merecem ser apontadas. Primeiramente, utilizaram-se instrumentos autoaplicáveis. Segundo Lepage e Crowther (2010), os participantes podem não responder com fidedignidade a ferramentas autorreportadas, por se tratarem de respostas subjetivas. Em contrapartida, Miranda et al. (2011) recomendam o uso de questionários em estudos com grandes amostras. Ademais, utilizou-se o delineamento transversal. Pesquisadores ressaltam que este mé-

tudo não permite que seja realizada inferência de causalidade (MIRANDA et al., 2011; FORTES; FERREIRA, 2011). Isso significa que não se tem como avaliar o grau de intensidade e a direção das associações encontradas entre o desfecho do estudo e as variáveis independentes. Na realidade, essa é uma limitação do estudo transversal, por apresentar um retrato instantâneo do contexto pesquisado. Finalmente, acredita-se que a presente pesquisa traga resultados que contemplem parte da lacuna do conhecimento e que merecem ser discutidos em futuros estudos.

Diante das reflexões e dos achados do presente estudo, concluiu-se que o nível de atividade física exerceu influência sobre a insatisfação corporal somente para o sexo feminino. Além disso, meninas sedentárias demonstraram maiores riscos em apresentarem descontentamento com o corpo quando comparadas a que jovens muito ativas fisicamente.

Sugere-se que sejam realizados estudos visando analisar alterações de variáveis afetivas e comportamentais após sessões de exercícios físicos ou depois de períodos de treinamento físico. Recomenda-se que sejam controlados duração, intensidade e densidade do exercício neste tipo de pesquisa.

Body dissatisfaction and physical activity in adolescents of Juiz de Fora, MG

Abstract

The aim of this study was to analyze the influence of physical activity level (PAL) on the body dissatisfaction (BD) in adolescent students of Juiz de Fora. Participated in the survey 362 youngs of both sexes. BD and PAL were evaluated by the Body Shape Questionnaire and International Physical Activity Questionnaire. Univariate analysis of covariance results showed difference of BD according to PAL only in females ($p < 0,05$). The logistic regression model revealed a significant association PAL with BD exclusively for girls. It was concluded that the PAL had an influence on the BD only for females. In addition, sedentary girls demonstrated greater risks for BD to compare young people physically active.

Keywords: Body Image. Motor Activity. Adolescent.

Insatisfacción corporal y la actividad física en adolescentes de Juiz de Fora, MG

Resumen

El objetivo de este estudio fue analizar la influencia del nivel de actividad física (NAF) en la insatisfacción corporal (IC) en adolescentes de Juiz de Fora. Los participantes fueron 362 adolescentes de ambos sexos. IC y NAF fueron evaluados

por el Body Shape Questionnaire y el Cuestionario Internacional de Actividad Física. Los resultados del análisis de covarianza univariado demostró una diferencia en el IC en segundo lugar NAF solamente en las mujeres ($p < 0,05$). El modelo de regresión logística mostró una asociación significativa de la NAF con la IC exclusivamente para niñas. Se concluyó que la NAF ejerce influencia sobre el IC sólo para las hembras. Además, las niñas sedentarias mostraron un riesgo significativamente mayor de presentar IC en comparación a los jóvenes físicamente activos.

Palabras clave: Imagen Corporal. Actividad Motora. Adolescente.

Referências

ALVARENGA, M. S. et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p.44-51, 2010.

ARROYO, M. et al. Body image and body composition: comparisons of young male elite soccer players and controls. **International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism**, v. 18, n. 4, p.628-638, ago., 2008.

CARRARO, A.; NART, A.; SCARPA, S. Effects of a single session of physical exercise on body image. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 32, n. 1, p.173-184, set., 2010.

CONTI, M. A.; CORDÁS, T. A.; LATORRE, M. R. D. O. Estudo de validade e confiabilidade da versão brasileira do body shape questionnaire (bsq) para adolescentes. **Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil**, v. 9, n. 3, p.331-338, 2009.

DE BRUIN, A. P. et al. Weight-related sport motives and girl's body image, weight control behaviors, and self-esteem. **Sex Roles**, v. 60, n. 9, p.628-642, 2009.

FIELD, A. **Descobrimo a estatística usando o SPSS**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

FORTES, L. S.; MIRANDA, V. P. N.; FERREIRA, M. E. C. Influências do nível de atividade física e do estado nutricional na insatisfação corporal de universitários de Educação Física. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 37, n. 2, p. 175-180, abr./jun., 2011.

FORTES, L. S.; FERREIRA, M. E. C. Comparação da insatisfação corporal e do comportamento alimentar inadequado em jovens atletas

de diferentes modalidades esportivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 25, n. 4, p.707-716, out./dez., 2011.

IRIART, J. A. B.; CHAVES, J. C.; ORLEANS, R. G. Culto ao corpo e uso de anabolizantes entre praticantes de musculação. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p.773-782, abr., 2009.

LEPAGE, M. L.; CROWTHER, J. H. The effects of exercise on body satisfaction and affect. **Body Image**, v. 7, n. 1, p.124-130, 2010.

MATIAS, T. S. et al. Satisfação corporal associada a prática de atividade física na adolescência. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 2, p.370-378, abr./jun., 2010.

MIRANDA, V. P. N. et al. Insatisfação corporal em adolescentes brasileiros de municípios de pequeno porte de Minas Gerais. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 60, n. 3, p.190-197, 2011.

MIRANDA, V. P. N. et al. Relação entre insatisfação corporal e nível de atividade física de acadêmicos de Educação Física da UFJF. **Coleção Pesquisa Educação Física**, v. 9, n. 1, p.233-240, 2010.

MOUSA, T. et al. Body image dissatisfaction among adolescent schoolgirls in Jordan. **Body Image**, v. 7, n. 1, p.46-50, 2010.

PARDINI, R. et al. Validação do questionário internacional de nível de atividade física (IPAQ - versão 6): estudo piloto em adultos jovens brasileiro. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 9, n. 3, p.45-51, jul., 2001.

PEDEN, J. et al. The effects of external pressures and competitiveness on characteristics of eating disorders and body dissatisfaction. **Journal of Sport & Social Issues**, v. 32, n. 4, p.415-429, 2008.

SCHERER, F. C. et al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 3, p.198-202, 2010.

SLAUGHTER, M. H. et al. Skinfold equations for estimation of body fatness in children and youth. **Human Biology**, v. 60, n. 3, p.709-723, 1988.

TEIXEIRA, P. C. et al. A prática de exercícios físicos em pacientes com transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 36, n. 4, p.145-152, 2009.

TEIXEIRA, P. C. et al. Adaptação Transcultural: tradução e validação de conteúdo da versão brasileira do Commitment Exercise Scale. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 38, n. 1, p.24-28, 2011.

TEIXEIRA, P. C.; MATSUDO, S. M. M.; ALMEIDA, V. S. Auto-estima e imagem corporal de gestantes de acordo com o nível de atividade física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 16, n. 1, p.57-65, 2008.

TIMMERMAN, 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. 3, p.113-117, 2010.

WHITE, J.; HALLIWEL, E. Examination of a sociocultural model of excessive exercise among male and female adolescents. **Body Image**, v. 7, n. 2, p.227-233, 2010.

.....
Recebido em: 08/01/2012

Revisado em: 08/06/2012

Aprovado em: 25/09/2012

Endereço para correspondência

leodesousafortes@hotmail.com

Leonardo de Sousa Fortes

Universidade Federal de Juiz de Fora

Faculdade de Educação Física e Desporto - MG.

Rua José Lourenço Kelmer S/N

São Pedro

14076510 - Juiz de Fora, MG - Brasil