

PERCEPÇÃO DE IMAGEM CORPORAL DAS ALUNAS DAS SÉRIES FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL EM TREZE TÍLIAS, SC

Aline Zagonel*
Gracielle Fin**
Marly Baretta***
Elisabeth Baretta****

Resumo

Este estudo teve como objetivo investigar o nível de satisfação corporal, o percentual de gordura (%G) e o grau de autoestima de adolescentes do gênero feminino, analisando possíveis relações com as características corporais e com a satisfação do próprio corpo. O instrumento utilizado foi um questionário com perguntas sobre percepção corporal e autoestima, além da aferição de medidas antropométricas ao cálculo do IMC e do percentual de gordura (%G) por intermédio do protocolo de Lohman (1986). A percepção corporal foi investigada mediante a escala de silhuetas proposta por Stunkard, Sorenson e Schlusinger (1983), e as 41 questões de autoestima foram analisadas por meio do somatório dos escores com classificação em alta e baixa autoestima. Foram investigadas 94 adolescentes do gênero feminino, de 7^{as} e 8^{as} séries, com média de idade de 13 anos, e %G de 23,37 ($\pm 6,76$). Constatou-se que 14,9% (n=14) apresentaram insatisfação pela magreza e 53,2% (n=50) insatisfação pelo excesso de peso. Já em relação ao IMC, a média geral foi de 21,48 ($\pm 4,03$); 5,3% (n=5) classificaram-se com baixo peso, 74,5% (n=70) como normal, 12,8% (n=12) caracterizaram-se como obeso e 7,4% (n=7) se classificaram como sobrepeso. Verificou-se que o índice de baixa autoestima foi de 84% entre as estudantes, enquanto 16% apresentaram alta autoestima. Conclui-se que a maior parte das adolescentes deste estudo mostrou baixa autoestima, o que pode estar associada a uma distorção de imagem corporal, pois tanto o %G quanto a média de IMC das adolescentes investigadas se apresentam dentro dos padrões esperados de normalidade.

Palavras-chave: Imagem corporal. Adolescência. Obesidade. Atividade física.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência pode ser compreendida como uma etapa evolutiva do ser humano, na qual há o processo maturativo do indivíduo. Em todo este processo os adolescentes passam por mudanças biológicas e maturação sexual, devendo incorporar suas novas imagens corporais, capacidade reprodutiva e energia sexual emergente à sua identidade, bem como aprender a enfrentar a sua própria reação e a dos demais à maturação corporal (CONTI, 2005).

* Graduada em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; aline_zagonel@hotmail.com

** Especialista em Metodologia do Treinamento pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; gracielle.fin@unoesc.edu.br

*** Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; marly.baretta@unoesc.edu.br

**** Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

A aceitação do corpo implica um processo de construção de uma identidade, que origina mudanças bruscas de humor e de atitudes (BARROS JÚNIOR, 2009). Dessa forma, a insatisfação com o próprio corpo é uma característica marcante da adolescência, uma vez que nessa fase há uma preocupação maior sobre a imagem corporal. A sociedade tem transformado o corpo em objeto de manipulação e de desejos, valorizando a magreza entre as mulheres e a força entre os homens. Tal insatisfação leva o adolescente a adotar posturas diversas, principalmente as dietas restritivas para o emagrecimento e as práticas exageradas de atividade física, além do consumo de substâncias que podem interferir no metabolismo (DEL CIAMPO; DEL CIAMPO, 2010).

A busca pelo emagrecimento incessante, que leva à prática de exercícios físicos, jejum e uso de laxantes ou diuréticos de forma inadequada, são consequências da baixa autoestima, bem como da distorção da imagem corporal (GARFINKEL; GARNER, 1982; HOLDEN, 1990 apud ABREU; CANGELLI FILHO, 2004).

É fundamental conhecer a maneira como os adolescentes se sentem em relação ao seu próprio corpo, pois em virtude dessa percepção muitos deles mudam seus hábitos. É notável, mesmo em nosso cotidiano, que as meninas geralmente possuem uma preocupação maior quanto à sua imagem.

Mesmo com um estilo de vida cada vez mais alicerçado aos avanços tecnológicos, que podem causar um aumento da gordura corporal em razão da diminuição de atividade física no cotidiano e do aumento do consumo de alimentos hipercalóricos, os padrões de beleza têm exigido perfis antropométricos cada vez mais magros, e isso tem gerado uma crescente insatisfação das pessoas com a própria aparência (ANDRADE; BOSI, 2003).

Além da obesidade, outros distúrbios alimentares como a anorexia nervosa podem trazer problemas graves de saúde aos adolescentes (JORGE; VITALLE, 2008).

A imagem corporal negativa pode diminuir a motivação à prática de atividades físicas ou aumentar o engajamento em programas de exercícios. Estes proporcionam a diminuição da depressão, a melhoria do bem-estar psicológico, além da imagem corporal mais positiva. Entretanto, a relação com o exercício pode ser dependente de fatores, como condição de saúde e composição corporal (FERMINO; PEZZINI; REIS, 2010).

É interessante que os adolescentes tenham conhecimento a respeito dos benefícios da atividade física, principalmente nos aspectos relacionados à saúde e ao controle do peso corporal. Friedman e Brownell (1995 apud SAUR; PASIAN, 2008) ressaltam que investigações sobre imagem corporal e sua associação ao peso corporal, tanto em pessoas com excesso de peso (obesidade) quanto em pessoas com baixo peso corporal, são de extrema relevância.

Considerando-se estes aspectos, os objetivos do presente trabalho são investigar o nível de satisfação corporal por meio de um questionário com escala de silhuetas, o percentual de gordura (%G) e também analisar o grau de autoestima de adolescentes do gênero feminino, considerando que o estudo da percepção de imagem corporal e suas possíveis relações com as características corporais e com a satisfação ao próprio corpo favorecem a compreensão de como estes aspectos podem se relacionar.

2 MATERIAL E MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva e analítica. Conforme Mattos, Rossetto Júnior e Blecher (2008), esta pesquisa tem como características, observar, registrar, analisar, descrever e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los, objetivando descobrir com precisão a frequência em que um fenômeno ocorre e a sua relação com outros fatores.

A população do estudo compreende 124 estudantes do gênero feminino de 7^{as} e 8^{as} séries do ensino fundamental das redes municipal e estadual de ensino do município de Treze Tílias, SC, cuja população é de 6.342 habitantes, conforme censo de 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A amostra foi calculada por meio da técnica de amostra casual simples, com intervalo de confiança de 95%, resultando em um número amostral de 94 estudantes.

O instrumento utilizado foi um questionário, com perguntas fechadas, respondido de forma autoaplicada pelas estudantes, o qual continha perguntas relacionadas a variáveis demográficas (idade, série, turno que estuda), perguntas fechadas sobre autoestima (STEGLICH, 1978 apud MATSUDO, 2010) e uma escala de nove silhuetas, proposta por Stunkard, Sorenson e Schlusinger (1983 apud MATSUDO, 2010).

As variáveis antropométricas de IMC foram aferidas por meio de um estadiômetro e uma balança digital da marca PHBE 10 Philco. Para critérios de avaliação do IMC, foi utilizada a tabela PROESP-BR (GAYA; SILVA, 2007) e para a avaliação da composição corporal foi utilizado o protocolo de Lohman (1986 apud PETROSKI, 2003).

A autoestima das estudantes foi avaliada por intermédio de 41 questões fechadas, cada uma com cinco alternativas como resposta (sim, quase sempre, várias vezes, algumas vezes e não). Mediante o somatório dos escores de cada resposta foi feita a classificação, sendo “baixa”, para resultados entre 41 e 163 pontos, e “alta”, para resultados entre 164 e 205 pontos.

A coleta de dados ocorreu durante as aulas de Educação Física, em uma sala disponível na escola, para que o questionário fosse respondido e as medidas necessárias aferidas.

Para a análise dos dados foi utilizada a estatística do tipo descritiva, realizando-se a distribuição da frequência simples para a caracterização da amostra. As variáveis numéricas foram apresentadas em mínimo, máximo, média e desvio padrão. As variáveis categóricas foram apresentadas em frequência absoluta e relativa, com cruzamento das variáveis, satisfação corporal pelo %G, satisfação corporal pela autoestima e autoestima pelo %G.

3 DISCUSSÃO E RESULTADOS

Foram investigadas 94 estudantes, sendo 46,8% (n=44) alunas de 7^a série e 53,2% (n=50) de 8^a série. Entre as estudantes, 60,6% (n=57) estudam no período matutino e 39,4% (n=37) no período vespertino.

Tabela 1 – Medidas descritivas das estudantes das escolas das redes municipal e estadual de ensino do município de Treze Tílias, SC

Variáveis	N	Média	DP	Min	Max
Idade	94	13	01	11	15
Estatutura	94	1,59	0,07	1,41	1,76
Peso	94	54,3	11,9	31,9	101,8
IMC	94	21,48	4,03	14,34	36,4
%G	94	23,37	6,76	11	34,94
Escore autoestima	94	143	21	96	191

Fonte: os autores.

Como se pode observar na Tabela 1, a média de IMC está dentro do valor considerado normal segundo a OMS (15,4 a 21,9 kg/m²) para essa faixa etária. Quanto à média do %G, o nível é considerado ótimo quando se encontra entre 15 e 24,5. Já o escore de autoestima, em sua média, indica que o grau de autoestima do grupo é baixo.

Em pesquisa realizada por Suñe et al. (2007), em Capão da Canoa (RS), com o objetivo de determinar a prevalência de sobrepeso e obesidade e os fatores associados ao excesso de peso corporal, em um grupo de 719 escolares de 11 a 13 anos de 11 escolas, a maioria (75,2%, n=541) apresentou IMC considerado normal. Entretanto, 153 escolares apresentaram IMC com valores superiores ao estabelecido como normal para indivíduos eutróficos e inferiores ao ponto de corte à obesidade, o que representa uma prevalência de sobrepeso de 21,3%. Outros 25 escolares apresentaram IMC igual ou superior ao ponto de corte adotado à obesidade, caracterizando uma prevalência de 3,5%.

Já o presente estudo também teve em sua maioria (74,5%, n=70) a classificação normal do IMC, tendo 5,3% (n=5) com baixo peso, e 12,8% (n=12) identificadas com obesidade, sendo outros 7,4% (n=7) com sobrepeso.

Segundo Nunes et al. (2001), o efeito bruto do IMC acarreta um risco de 1,86% mais chances de as mulheres com sobrepeso/obesidade apresentarem comportamentos alimentares anormais. Bouchard (2003) também afirma que, além do problema da preocupação em excesso à imagem corporal e à estética, pessoas com sobrepeso e os obesos correm mais riscos de desenvolverem vários distúrbios físicos, sociais e psicológicos, como: hipertensão, doenças cardiovasculares, diabetes do tipo 2, doença da vesícula biliar, osteoartrites dos joelhos, dores nas costas, deficiências física e mental, entre outros.

Contudo, pode-se perceber que em razão do excesso de peso, as adolescentes têm autoestima baixa, sentem-se inferiores a outras pessoas, apresentam hábitos inadequados com a própria saúde, muitas vezes praticando dietas restritivas e ingerindo remédios com o objetivo de perder peso.

Quando se refere à classificação de autoestima das adolescentes deste estudo, foi observada uma predominância de 84% das estudantes com baixa autoestima e 16% apresentaram alta. Desses valores, 44,7% (n=42) das meninas com baixa autoestima apresentaram insatisfação pela obesidade.

Chinazzo, Santos e Oserow (2009) investigaram 710 meninas que cursavam entre a 5^a e a 8^a séries das escolas da rede pública municipal de Gravataí, RS. Constataram que 59% das meninas não estavam preocupadas com sua imagem corporal, 23,6% estavam levemente preocupadas, 11,4% moderadamente preocupadas e apenas, 4,6% estavam gravemente preocupadas. Contudo,

outros estudos demonstraram que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal de meninas é bastante elevada (PINHEIRO, 2003; FERNANDES, 2007; TRICHES; GIUGLIANI, 2007).

Petroski, Pelegrini e Glaner (2012) realizaram um estudo com 641 adolescentes de 11 a 17 anos, matriculados em escolas públicas de Saudades, SC, e identificaram que há uma prevalência (60,4%) de insatisfação com a imagem corporal. As moças (65,7%) apresentaram maior insatisfação corporal que os rapazes (54,5%). Quando se refere ao desejo de aumentar ou reduzir o tamanho da silhueta corporal, os rapazes desejavam aumentar o tamanho da silhueta corporal (26,4%) e as moças desejavam reduzir (52,4%). O estudo também apontou que a autoestima é o principal motivo apontado pelos adolescentes que desejam reduzir o tamanho da silhueta, sendo na ordem decrescente, autoestima (88,7%), saúde (86,4%), estética (64,9%) e outros (55,2%).

Desse modo, pode-se dizer que a autoestima está associada ao desejo de um corpo/imagem ideal. A autoestima é o motivo que mais influencia a distorção da imagem corporal em adolescentes, tanto no estudo citado anteriormente quanto no presente estudo.

Tabela 2 – Distribuição (%) das variáveis de IMC, %G e autoestima pelo nível de satisfação corporal das estudantes do gênero feminino de 7^{as} e 8^{as} do ensino fundamental das redes municipal e estadual de ensino de Treze Tílias, SC

Variáveis	Classificação satisfação corporal							
	Insatisfação pela magreza		Insatisfação pela obesidade		Satisfeito		Amostra	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Classificação IMC								
Baixo peso	4	4,3	0	0	1	1,1	5	5,3
Normal	10	10,6	32	34	28	29,8	70	74,5
Obeso	0	0	11	11,7	1	1,1	12	12,8
Sobrepeso	0	0	7	7,4	0	0	7	7,4
Total	14	14,9	50	53,2	30	31,9	94	100
Classificação %G								
Alto	1	1,1	15	16	1	1,1	17	18,1
Baixo	4	4,3	3	3,2	4	4,3	11	11,7
Moderadamente alto	0	0	18	19,1	10	10,6	28	29,8
Muito baixo	1	1,1	0	0	0	0	1	1,1
Nível ótimo	08	8,5	14	14,9	15	16,0	37	39,4
Total	14	14,9	50	53,2	30	31,9	94	100
Autoestima								
Baixa	11	11,7	42	44,7	26	27,7	79	84
Alta	3	3,2	8	8,5	4	4,3	15	16
Total	14	14,9	50	53,2	30	31,9	94	100

Fonte: os autores.

Conforme se observa na Tabela 2, em relação à satisfação corporal e à classificação do IMC, 4,3% (n=4) das alunas com baixo peso demonstraram estar insatisfeitas pela magreza; nenhuma é insatisfeita pela obesidade e 1,1% (n=1) se dizem satisfeitas. Das alunas que estão com a classificação normal do seu IMC, 10,6% (n=10) sentem-se insatisfeitas pela magreza; 34% (n=32) delas gostariam de diminuir sua silhueta e 29,8% (n=28) se apresentam satisfeitas.

Quando a classificação do IMC é obesa, não se teve nenhuma aluna com insatisfação pela magreza; já na insatisfação pela obesidade foram 11,7% (n=11) e apenas 1,1% (n=1) se diz satisfeita. Das alunas que estão dentro da classificação sobrepeso do seu IMC, nenhuma delas se diz insatisfeita pela magreza, e nem satisfeita, mas 7,4% (n=7) apresentam insatisfação pela obesidade.

Pinheiro e Giugliani (2006) realizaram o primeiro estudo brasileiro com amostra populacional (901 sujeitos investigados) que avaliou a prevalência de crianças que se autopercebem obesas sem apresentar sobrepeso e os fatores associados a essa percepção. Tal estudo foi realizado com escolares de 8 a 11 anos residentes em Porto Alegre, RS. Desse total, 75,9% (n=684) apresentaram percentil do IMC menor que 85, em que 12,9% (n=88) se achavam obesas, o que representa 38,1% de todas que se autopercebiam obesas (n=231). A análise também revelou que os escolares sem sobrepeso que se achavam obesos, com mais frequência demonstravam menor autoestima e tinham a percepção de que os pais e os amigos gostariam que eles fossem mais magros.

Na pesquisa realizada por Branco, Hilário e Cintra (2006), com adolescentes de 14 a 19 anos de idade, estudantes da cidade de São Paulo, SP, das 348 adolescentes em eutrofia, 43,6% (n=152) se identificaram com algum excesso de peso e, das 42 que apresentaram sobrepeso, 47,6% (n=20) se acharam obesas. Isso aconteceu em um estudo realizado nos municípios de Dois Irmãos e Morro Reuter, RS, por Triches e Giugliani (2007), com 573 alunos das escolas públicas municipais. Em relação ao gênero dos estudantes, houve um leve predomínio de meninas (52,5%). Entre elas, observou-se a prevalência de insatisfação corporal de 63,9%; 16,9% estavam com sobrepeso. A maior parte das meninas insatisfeitas desejaria corpo menor, enquanto que nos meninos houve maior prevalência pelo desejo de serem maiores.

Pode-se perceber, com os diversos estudos, que grande parte das meninas de outras regiões também se sente obesa, sem estar fora da classificação considerada normal ao seu peso. Tal percepção gera preocupação referente à alimentação destas, as quais começam a se preocupar demais com o peso e deixam para trás bons hábitos de vida, podendo, dessa forma, causar a anorexia nervosa, vista no mundo inteiro e que tem afetado muitas adolescentes.

Para Nunes et al. (2001), quando se tem a hipótese de que a percepção do peso corporal pode influenciar no comportamento alimentar, isso gera uma necessidade de análise sobre essa questão, uma vez que existem evidências de distorções de imagem corporal que ocorrem com maior frequência entre mulheres com transtornos alimentares. Atualmente, é consenso que estudos sobre comportamento alimentar e percepção de imagem corporal devem analisar variáveis como percepção do peso corporal e satisfação corporal.

Na investigação de Vilela et al. (2004), que pesquisou 1.807 estudantes de escola pública, com idades entre 7 e 19 anos, foi identificado que entre os 59% insatisfeitos, tanto pela magreza quanto pela obesidade, 48% (n=511) gostariam de parecer mais magros e 548 alunos (52%) gostariam de parecer mais gordos. Dos alunos que gostariam de parecer mais magros, 69% pertenciam ao gênero feminino e 31% ao gênero masculino, mostrando mais uma vez que as meninas demonstram um desejo sempre maior em ficarem mais magras.

É preocupante quando se percebe que cada vez mais as adolescentes têm uma visão distorcida da sua imagem, apresentando peso normal, mas com o desejo de possuir um peso menor. Ainda que, no presente estudo, não se encontrou nenhuma adolescente com baixo peso e insa-

tisfeita por obesidade; tal caso poderia ser constatado como anorexia nervosa, em que há um inexplicável medo de ganhar peso ou de se tornar obeso, mesmo estando abaixo do peso.

Tabela 3 – Distribuição (%) da variável %G pelo nível de autoestima das estudantes do gênero feminino de 7^{as} e 8^{as} do ensino fundamental das redes municipal e estadual de ensino de Treze Tílias, SC

Variáveis	n	Autoestima				n	Total
		Baixa	%	Alta	%		
Classificação %G							
Alto	13	13,8		4	4,3	17	18,1
Baixo	10	10,6		1	1,1	11	11,7
Moderadamente Alto	26	27,7		2	2,1	28	29,8
Muito Baixo	0	0		1	1,1	1	1,1
Nível Ótimo	30	31,9		7	7,4	37	39,4
Total	79	84		15	16	94	100

Fonte: os autores.

Observa-se na Tabela 3 que a maior parte das alunas com nível ótimo na classificação do %G demonstram baixa autoestima e somente 7,4% (n=7) se percebem com alta autoestima. Isso ocorre com as que são consideradas com %G moderadamente alto, sendo 27,7% (n=26) com baixa autoestima e 2,1% (n=2) com alta autoestima.

Conforme os dados obtidos, pode-se dizer que a baixa autoestima das meninas pode ter relação com seu %G, no qual se enquadram no nível moderadamente alto. Ainda, parte delas, demonstra baixa autoestima, podendo ter procedência de outros motivos, pois se encontra no nível ótimo do %G.

Em um estudo envolvendo 180 adolescentes do gênero feminino de 10 a 17 anos, matriculadas em uma escola da rede privada de ensino no município de Três de Maio, RS, Corseuil et al. (2009) observaram que 82,2% das adolescentes foram classificadas como eutróficas pelo IMC, enquanto que pelo %G, apenas 46,1% estavam nessa condição. Houve certa prevalência de insatisfação à imagem corporal encontrada nas adolescentes, sendo elevada (85%). Quanto ao desejo de modificar a silhueta corporal, verificou-se que 71,7% delas apresentaram desejo de reduzir o tamanho corporal, enquanto 13,3% desejavam aumentá-lo.

Compreende-se que a baixa autoestima esteja associada em maior parte pelo excesso de gordura corporal segundo os resultados, tanto que isso pode ocasionar o *bullying*, gerando constrangimento a esta baixa autoestima. Entretanto, sabe-se que é possível que não esteja somente relacionada a isso, mas, também, pela pressão exercida pela sociedade e, ainda, por outros fatores.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que as adolescentes do município de Treze Tílias, SC apresentam um alto grau de baixa autoestima, o que pode estar associado a uma distorção de imagem corporal, pois estas, em sua maioria, encontram-se em nível ótimo de %G e com alto índice de insatisfação pela obesidade.

Com esses resultados, é possível alertar os pais, educadores e profissionais da saúde quanto à necessidade da implementação de estratégias preventivas, tanto para a obesidade quanto

para a anorexia e, ainda, para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis, visando à promoção da saúde psíquica do adolescente.

Female junior high schoolers' body image perception in TrezeTílias, SC

Abstract

This study aimed at investigating the level of body satisfaction, the fat percentage level (%F) and the level of self-esteem of female teenagers, by analyzing possible relationships between body characteristics and body satisfaction. The instruments included a questionnaire with questions about body perception and self-esteem, the anthropometric measures for BMI, and the Lohman protocol (1986) for fat percentage (%F). The body perception was investigated by using the Stunkard, Sorenson e Schlusinger' silhouette scale (1983); the 41 self-esteem questions were analyzed through the sum of the scores categorized as high and low self-esteem. 94 female teenagers, attending the 7th and 8th grades of school, with an average age of 13 years old, and %F of 23,37 ($\pm 6,76$) participated of this study. Data analysis revealed that 14,9% (n=14) are unhappy with their thinness and 53,2 (n=50) are unhappy with their overweight. Regarding the BMI the general average was 21,48 ($\pm 4,03$), being 5,3% (n=5) low weight, 74,5% (n=70) normal weight, 12,8% (n=12) obese, and 7,4% (n=7) overweight. The index for low self-esteem was 84% between the teenagers; only 16% revealed high self-esteem. On the whole, results showed that the majority of the teenagers revealed low self-esteem, a fact that may be associated with a distortion of their body image, considering that both the %F and the BMI average of the teenagers considered in this study fits the normal standard.

Keywords: Body image. Adolescence. Obesity. Physical activity.

REFERÊNCIAS

ABREU, Cristiano Nabuco de; CANGELLI FILHO, Raphael. Anorexia nervosa e bulimia nervosa – abordagem cognitivo-constructivista de psicoterapia. **Revista de psiquiatria clínica**, São Paulo, v. 31, n. 4, 2004.

ANDRADE, Angela; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 1, jan./mar. 2003.

BARROS JÚNIOR, Juarez Correia. **Empreendedorismo, Trabalho e Qualidade de Vida na Terceira Idade**. São Paulo: Edicon, 2009.

BOUCHARD, Claude. **Atividade Física e Obesidade**. Barueri: Manole, 2003.

BRANCO, Lúcia Maria; HILÁRIO, Maria Odete Esteves; CINTRA, Isa de Pádua. Percepção e Satisfação Corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 33, n. 6, 2006.

- CHINAZZO, Hosana Raymundo; SANTOS, João Alberto Machado dos; OSEROW, Nara Regina Borges. Percepção da Imagem Corporal das escolares de 5ª a 8ª série da rede de ensino Municipal de Gravataí (RS) In: SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL, 10., 2009 Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre, 2009.
- CONTI, Maria A. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes e sua relação com a maturação sexual. *Rev. Bras. Crescimento Desenvolv. Hum.*, São Paulo, v. 15, n. 2, ago. 2005.
- CORSEUIL, Maruí Weber 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, jan./mar. 2009.
- DEL CIAMPO, Luiz Antonio; DEL CIAMPO, Ieda Regina Lopes. Adolescência e imagem corporal. **Adolesc. Saúde**, v. 7, n. 4, out./dez. 2010.
- FERMINO, Rogério César; PEZZINI, Mariana Ramos; REIS, Rodrigo Siqueira. Motivos para Prática de Atividade Física e Imagem Corporal em Frequentadores de Academia. **Rev. Bras. Med. Esporte**, v. 16, n. 1, jan./fev. 2010.
- FERNANDES, Ana Elisa Ribeiro. Avaliação da imagem corporal, hábitos de vida e alimentares em crianças e adolescentes de escolas públicas e particulares de Belo Horizonte. **Adolesc. Saúde**, Belo Horizonte, jul. 2007.
- GAYA, A.; SILVA, G. **Projeto esporte Brasil**. Manual de aplicações de medidas e teste, normas e critérios de avaliação. Porto Alegre: UFRGS, 2007.
- JORGE, Stella Ricci Ferreira; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. Entendendo a anorexia nervosa: foco no cuidado à saúde do adolescente. **Arq. Sanny Pesq. Saúde**, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 57-71, 2008.
- MATSUDO, Sandra Marcela Mahecha. **Avaliação do Idoso: Física e Funcional**. 3. ed. Santo André: Gráfica Mali, 2010.
- MATTOS, Mauro Gomes de; ROSSETTO JÚNIOR, Adriano José; BLECHER, Shelly. **Metodologia da Pesquisa em Educação Física: construindo sua monografia, artigos e projetos**. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2008.
- NUNES, Maria Angélica et al. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Porto Alegre, 2001.
- PETROSKI, Edio Luiz. **Antropometria: técnicas e padronizações**. 2. ed. rev. e ampl. Santa Maria: Pallotti, 2003.
- PETROSKI, Edio Luiz; PELEGRINI, Andreia; GLANER, Maria Fátima. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, abr. 2012.
- PINHEIRO, A. P; GIUGLIANI, E. R. J. Body dissatisfaction in Brazilian schoolchildren: prevalence and associated factors. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 40, p. 489-496, 2006.

PINHEIRO, A. P. Insatisfação com o corpo, auto-estima e preocupações com o peso em escolares de 8 a 11 anos de Porto Alegre. 2003. 137 p. Dissertação (Mestrado em Epidemiologia)–Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

SAUR, Adriana Martins; PASIAN, Sonia Regina. Satisfação com a imagem corporal em adultos de diferentes pesos corporais. **Aval. Psicol.**, Porto Alegre, v. 7, n. 2, ago. 2008.

SUÑE, Fabio Rodrigo et al. Prevalência e fatores associados para sobrepeso e obesidade em escolares de uma cidade no Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, jun. 2007.

TRICHES, Rozane Márcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Insatisfação corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 20, n. 2, mar./abr. 2007.

VILELA, João E. M. et al. Transtornos alimentares em escolares. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 80, n. 1, 2004.