

**TÍTULO DO PROJETO:**

Relação Entre Nutrição E Transtornos De Auto Imagem Em Adolescentes

**CATEGORIA (MARCAR APENAS UMA):**

- ( ) Ciências Agrárias
- ( ) Ciências Biológicas
- ( ) Ciências Exatas e da Terra
- ( ) Ciências Humanas
- (X) Ciências da Saúde
- ( ) Ciências Sociais Aplicadas
- ( ) Engenharia

**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 comandado 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 à usos de métodos inadequados que podem vir a ser fatores de risco para a nutrição e o desenvolvimento corporal. O objetivo do trabalho será comparar o nível de satisfação corporal com o peso adequado, além de entender como a autoimagem pode afetar a alimentação e conseqüentemente a nutrição. A metodologia será utilizada por meio da realização de uma pesquisa de campo, onde será elaborado um questionário com indivíduos entre 14 e 19 anos, os quais responderão perguntas diversas sobre a autoimagem corporal e métodos alimentares, após os resultados, será realizado o cálculo de índice de massa corpórea (IMC). Com isso, será esperado entender a distorção corporal nos adolescentes em relação a sua real massa corporal e a que métodos alimentares essa insatisfação irá levar.

**PALAVRAS-CHAVE:**

Autoimagem, adolescentes, métodos alimentares

## **PLANO DE PESQUISA**

O PLANO DE PESQUISA É O PLANEJAMENTO INICIAL DO QUE SERÁ EXECUTADO EM SUA PESQUISA. ELE É NECESSARIAMENTE UM DOCUMENTO ESCRITO E QUE SERVIRÁ COMO UM DIRECIONADOR PARA AS SUAS ATIVIDADES. O PLANO DEVE CONTER O OBJETIVO OU HIPÓTESE DA PESQUISA E OS MÉTODOS QUE SERÃO UTILIZADOS PARA SE ALCANÇAR ESSES OBJETIVOS.

### **INTRODUÇÃO:**

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 (SLADE, 1994). Sendo uma espécie de “fotografia mental” que a pessoa elabora sobre a sua aparência física (RICCIARDELLI, MCCABE, BANFIELS, 2000), podendo ser construída ou destruída por tentativas que buscam uma imagem e um corpo ideais (CASH e PRUZINSKY, 2002).

A 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 (PEREIRA et. al 2009; NOVAES, 2006).

As adolescentes, mesmo quando estão no peso adequado ou abaixo do peso ideal, costumam se sentir gordas ou desproporcionais, o que se denomina de distorção da imagem corporal. No sexo feminino, com o aumento da idade, há a tendência em querer perder peso; inversamente, no sexo masculino, essa vontade diminui, prevalecendo o desejo de ganhar peso num porte atlético (FLEITLICH et. al, 2000).

Como consequência, em busca de um padrão aceito e cobrado pela sociedade, vem crescendo a insatisfação dos adolescentes a própria aparência (PEREIRA et. al, 2009), adotando práticas e/ou medidas inadequadas para o controle de peso. Podendo ser um dos fatores determinantes para o surgimento de comportamentos alimentares anormais e práticas inadequadas para o controle de peso (NUNES et. al, 2001).

**OBJETIVOS:**

**Objetivos Gerais**

- Analisar a influência da autoimagem corporal em adolescentes, em busca pelo corpo perfeito.

**Objetivos Específicos**

- Avaliar o nível de satisfação corporal na autoimagem e relacionar com o peso adequado;
- Elaborar uma pesquisa de campo abordando perguntas referente aos métodos alimentares, visando entender as dietas utilizadas.

**METODOLOGIA:**

**PESQUISA DE CAMPO**

Foi elaborado uma pesquisa de campo com indivíduos com idades entre 14 a 19 anos, tanto do sexo masculino, quanto feminino. Foram abordados, que métodos alimentares (revistas, programas TV, remédios, laxantes, dietas de internet, vômito, por você mesmo) já foram realizados, durante a busca de um corpo perfeito.

Questões que abordaram perguntas referentes a satisfação corporal, no qual foi utilizado o STM (Silhouette Matching Task), proposto por STUNKARD (1983). Onde o indivíduo assinala a imagem que possui e a que gostaria de ter.

Figura 1: Questionário para avaliação da percepção do adolescente em relação ao seu corpo.

Idade: R:

Sexo: ( ) Masculino. ( ) Feminino.

Informe sua altura exata. R:

Informe seu peso exato. R:

1. Já passou por um aconselhamento nutricional com orientação profissional?

( ) Sim. ( ) Não.

2. Já seguiu alguma dieta sem prescrição de um profissional?

( ) Sim. ( ) Não.

3. Se sim, qual meio de comunicação utilizou?

( ) Revistas. ( ) Programas de TV. ( ) Dietas da internet. ( ) Por você mesmo.

( ) Outro.

4. Já fez uso de algum método extremo?

( ) Sim. ( ) Não.

5. Se sim, qual método utilizou?

( ) Remédios. ( ) Laxantes. ( ) Vômitos. ( ) Outro.

6. Já sofreu alguma consequência negativa à saúde por conta de uma dieta seguida sem acompanhamento profissional?

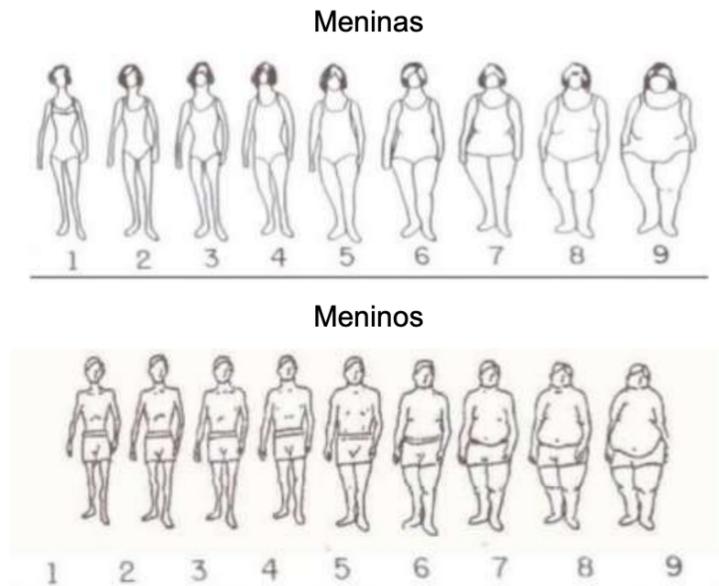
( ) Sim. ( ) Não.

7. Você está satisfeito com o seu corpo atualmente?

( ) Sim. ( ) Não. ( ) Razoavelmente

De acordo com a imagem a seguir responda:

Quadro 1: Escalas de silhuetas.



Fonte: SKUNKARD et. al (1983)

8. Como você vê o seu corpo?

( ) 1.( ) 2.( ) 3.( ) 4.( ) 5.( ) 6.( ) 7.( ) 8.( ) 9. ( ) 10.( )

9. Em qual seu corpo mais se encaixa?

( ) 1.( ) 2.( ) 3.( ) 4.( ) 5.( ) 6.( ) 7.( ) 8.( ) 9. ( ) 10. ( )

Qual corpo você gostaria de ter?

( ) 1.( ) 2.( ) 3.( ) 4.( ) 5.( ) 6.( ) 7.( ) 8.( ) 9. ( ) 10. ( )

Fonte: AUTORES, 2021.

## 6.2 DETERMINAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

Foi realizado o cálculo do índice de massa corporal (IMC). Este cálculo serve para avaliar se o indivíduo está dentro do seu peso ideal em relação à altura. O cálculo do IMC Foi utilizado a seguinte fórmula matemática.

Quadro 7: Cálculo do IMC.

$$\text{IMC} = \frac{\text{PESO}}{(\text{ALTURA})^2}$$

Fonte: <https://www.estrategiaconcursos.com.br/blog/veja-como-o-imc-pode-ser-cobrado-na-sua-prova-de-matematica/>

## 6.3 FEEDBACK DA VISÃO CORPORAL DOS ADOLESCENTES.

Foi verificado as associações entre autopercepção e grau de satisfação corporal, comparando a figura escolhida na pesquisa de campo como representação silhueta real e silhueta ideal. Mostrou-se, a pessoa se ela está realmente acima de peso, ou se isso é apenas a sua percepção a partir do IMC.

Tabela 2: Silhueta real x Silhueta ideal em relação com IMC

Silhuetas		Feminino		Masculino	
		Silhueta real Nº (%)	Silhueta ideal Nº (%)	Silhueta real Nº (%)	Silhueta ideal Nº (%)
Abaixo do peso	1				
	2				
Eutrofia	3				
	4				
	5				
Acima do peso	6				
	7				
Obesidade	8				
	9				

Fonte: AUTORES, 2021.

Tabela 3: Comparação de IMC e sentimento.

	Feminino		Masculino	
	IMC (%)	Sentimento (%)	IMC (%)	Sentimento (%)
Abaixo do peso				
Normal				
Sobrepeso				
Obesidade				

Fonte: AUTORES, 2021

**CRONOGRAMA:**

Mês	2/21	3/21	4/21	5/2	6/2	7/21	8/2	9/21	10/2	11/2
				1	1		1		1	1
Formação do grupo	x									
Escolha do grupo	x									
Delimitação do tema		x								
Plano de pesquisa			x	X						
Pesquisa de campo				X	x	x				
Pesquisa bibliográfica	x	x	x	X	x	x	x	x	x	
Relatório final								x	x	
Apresentação										x

**RESULTADOS ESPERADOS:**

Espera-se perceber uma distorção corporal nos adolescentes em comparação a sua real massa corpórea, e a (in)satisfação desses, mostrando seus desejos de perda ou ganho de peso por conta da influência das mídias, como TV e redes sociais, que impõem à pressão do corpo perfeito.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

CASH T. F., PRUZINSKY T., editors. Body image: a hand- book of theory, research, and clinical practice. **New York: Guilford**; v.46 n.22 p.353-355, 2002.

FLEITLICH, B.W.; LARINO, M. A.; COBELO, A.; CORDÁS, T.A. - Anorexia nervosa na adolescência. **J Pediatria** v.76, n.3, p.323-S329, 2000.

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.

NOVAES J. V. O intolerável peso da feiúra: sobre mulheres e seus corpos Tese de faculdade PUC-Rio, 2006.

NUNES M. A., OLINTO M. T., BARROS F. C., CAMEY S. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Rev Bras Psiquiatr** v.23, n.1, p. 21-7, 2001.

PEREIRA, A. M. Preocupação com o peso e prática de dietas por adolescentes. **Acta Port Nutr.** v.6, n.6, p.14-18, 2016.

PEREIRA, E. F., GRAUP, S., LOPES, A. S., BORGATTO, A.F. Percepção da imagem corporal de crianças e adolescentes com diferentes níveis socioeconômicos na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Rev Bras Saúde Mater Infant** v.9, n,3, p.253-262, 2009.

RICCIARDELLI L. A., MCCABE M.P., BANFIELD S. Sociocultural influences on body image and body changes methods. **J Adolesc Health** v.26 n.1 p.3-4, 2000.

SLADE, P. D. What is body image? **Behav Res Ther** v.32, n.5, p.497-502, 1994.

## **CONTINUAÇÃO DE PROJETO ANTERIOR**

**TÍTULO DO PROJETO DE PESQUISA ANTERIOR:**

**RESUMO DO PROJETO DE PESQUISA ANTERIOR:**

**PERÍODO DE DESENVOLVIMENTO DO PROJETO DE PESQUISA ANTERIOR:**

**INÍCIO:**

**TÉRMINO:**

AO INSCREVER O PROJETO CONCORDAMOS COM O REGULAMENTO DA FEIRA PAULISTA DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA E DECLARAMOS QUE AS INFORMAÇÕES ACIMA ESTÃO CORRETAS E O RESUMO E PÔSTER REFLETEM APENAS O TRABALHO REALIZADO AO LONGO DOS ÚLTIMOS 12 (DOZE) MESES. ESTAMOS CIENTES DE QUE A NÃO VERACIDADE DAS INFORMAÇÕES FORNECIDAS PODERÁ IMPLICAR NA DESCLASSIFICAÇÃO DO PROJETO.

