

INSATISFAÇÃO DE IMAGEM CORPORAL ENTRE ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DO CENTRO-OESTE BRASILEIROHugo Torrezan de Souza¹, Alberto Mesaque Martins²**RESUMO**

O estudo tem como objetivo analisar a presença de insatisfação corporal entre estudantes do curso de nutrição de uma universidade pública de Campo Grande-MS, bem como compreender suas relações com os seus corpos, ao longo da formação universitária. Na perspectiva de Pesquisa Qualitativa, foram realizadas entrevistas abertas com 10 acadêmicos do curso de Nutrição. Os resultados apontam que os estudantes reconhecem a existência de um modelo de imagem corporal, construído e difundido socialmente, e a imposição de padrões que devem ser tomados como modelo, especialmente pelos profissionais da área da Nutrição. As insatisfações com o corpo, percebidas pelos estudantes, se iniciaram bem antes do ingresso na universidade, especialmente na adolescência. Constata-se também a existência de uma pressão interna significativa entre os estudantes do curso de Nutrição para adequação dos seus corpos, movida por estereótipos que exigem, desses profissionais, um corpo que ateste a sua competência e qualidade técnica.

Palavras-chave: Insatisfação corporal. Imagem corporal. Estudantes. Alimentos. Dieta e Nutrição.

ABSTRACT

Body image dissatisfaction among nutrition students in central-west Brazil

The study aims to analyze the presence of body dissatisfaction among nutrition students at a public university in Campo Grande-MS, as well as understand their relationships with their bodies throughout their university education. From a Qualitative Research perspective, open interviews were carried out with 10 Nutrition students. The results indicate that students recognize the existence of a body image standard, socially constructed and disseminated, and the imposition of standards that should be taken as a model, especially by professionals in the field of Nutrition. Dissatisfaction with the body, perceived by students, began well before entering university, especially during adolescence. It is also noted that there is significant internal pressure among Nutrition course students to adapt their bodies, driven by stereotypes that require, from these professionals, a body that attests to their competence and technical quality.

Key words: Body dissatisfaction. Body image. Students. Diet. Food and Nutrition.

1 - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campo Grande, Mato Grosso do Sul, Brasil.

2 - Universidade Federal de Uberlândia (UFU), Uberlândia, Minas Gerais, Brasil.

E-mail dos autores:
hugots2009@hotmail.com
albertomesaque@yahoo.com.br

Autor correspondente:
Alberto Mesaque Martins.
albertomesaque@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, estudos apontam para os preocupantes índices de insatisfação corporal, recorrentes em diferentes grupos sociais (Gama e colaboradores, 2024).

De modo geral, a literatura científica vem indicando que, homens e mulheres, de diferentes idades e grupos sociais, expressam insatisfação com os seus corpos, recorrendo, cada vez mais, a comportamentos e procedimentos que possibilitem o ajustamento dos corpos, aproximando-os dos modelos tidos como ideais, fortemente difundidos nos espaços sociais como, nos dispositivos midiáticos e de comunicação (Lira e colaboradores, 2017; Souza, 2022).

Com a popularização de redes sociais, como o Instagram e TikTok, diariamente, nos deparamos com muitas imagens de corpos tidos como belos e saudáveis, modelos por meio de exercícios físicos, mas sobretudo por meio de procedimentos estéticos, pelo uso de biotecnologias (esteroides, anabolizantes, suplementos, etc) e, mais recentemente, por meio de ferramentas inteligência artificial, dando a ideia de corpos perfeitos (Lira e colaboradores, 2017).

Estudos vêm apontando para a influência desse tipo exposição, no aumento da insatisfação corporal de diferentes grupos, especialmente os jovens que, desde a infância passam a idealizar e buscar um corpo magro, sem gordura e isento de quaisquer defeitos, imperfeições ou sinais de envelhecimento (Lira e colaboradores, 2017; Souza, 2022).

Diante da impossibilidade de conformar os seus corpos, aos inatingíveis padrões de beleza, é recorrente que os sujeitos se deparem com sentimentos de tristeza, angústia e vergonha, podendo trazer prejuízos à sua saúde física e mental (Lira e colaboradores, 2017; Souza, 2022).

Esse fenômeno, vem chamando ainda mais a atenção, ao considerarmos profissionais, como os nutricionistas e educadores físicos que, desde a graduação, vem sendo pressionados a apresentar um corpo que ateste “cartão de visitas”, cujos contornos e composição corporal, atestariam a sua competência profissional (Batista e Franco, 2021; Lovato e Cruz, 2020).

Em um estudo realizado por Batista e Franco (2021) com nutricionistas e educadores físicos de Minas Gerais, constatou-se a existência de uma pressão social para que os

corpos desses profissionais estejam em conformidade aos padrões de beleza e boa-forma.

Nesse sentido, o corpo do profissional encontra-se imerso na imposição da magreza e da boa-forma, sendo tomado como requisito essencial para demonstrar sua potencialidade para o trabalho (Araújo e colaboradores, 2015).

Embora a presença de insatisfação corporal entre estudantes e profissionais de nutrição venha sendo constatada na literatura (Espíndola e colaboradores, 2021; Lopes e colaboradores, 2017; Penaforte e colaboradores, 2018; Silva e Fernandes, 2020), ainda são incipientes os estudos que vão além do uso de instrumentos de medidas e que deem visibilidade às experiências dos sujeitos desse próprio grupo (Lovato e Cruz, 2020).

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a presença de insatisfação corporal entre estudantes do curso de nutrição de uma universidade pública de Campo Grande, Mato Grosso do Sul-MS, bem como compreender suas relações com os seus corpos, ao longo da formação universitária.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, transversal, com caráter exploratório, subjetivo e espontâneo, voltado ao entendimento interpretativo a partir dos dados encontrados, de maneira a envolver um olhar atento às vivências e compreensões dos fenômenos sociais relacionados com a importância da representação de uma imagem corporal, entendida como adequada e padronizada, socialmente (Minayo, 2002).

O grupo de participantes foi constituído por estudantes do curso de graduação em nutrição de uma universidade pública federal do estado de Mato Grosso do Sul, região centro-oeste do Brasil.

A coleta de dados foi realizada entre novembro de 2023 e março de 2024, por meio de entrevistas abertas, gravadas e orientadas por um roteiro semiestruturado, sendo esse composto por questões referentes ao(às):

- a) perfil sociodemográfico;
- b) percepções sobre a presença de algum grau de insatisfação a nível histórico com a imagem corporal e definição dela;
- c) percepções da imagem corporal anterior à entrada no curso de nutrição;
- d) mudanças percebidas e adquiridas quanto a imagem corporal no decorrer da graduação.

As entrevistas foram realizadas, de forma presencial, em ambiente privado, preservando a integridade do participante ali presente.

Deste modo, obteve-se em torno de 280 minutos de conteúdo (em média 28 minutos por entrevista), as quais foram gravadas, transcritas e analisadas na perspectiva da Análise de Conteúdo de Laurence Bardin (Bardin, 2016).

Para garantir o sigilo das informações, imediatamente após as gravações das entrevistas, os participantes tiveram seus nomes substituídos por códigos, como E1 (entrevistado 1), E2 (entrevistado 2), etc.

Participaram do estudo 10 acadêmicos selecionados a partir dos seguintes critérios de inclusão: a) ter mais de 18 anos (jovem adulto) sendo esses de ambos os sexos, b) estar matriculado e cursando nutrição, c) já ter cursado e ter sido aprovado na disciplina de psicologia da grade curricular do curso de nutrição; d) aceitar o convite de participação. Da mesma forma, foram considerados os seguintes critérios de exclusão: a) não ter mais de 18 anos, b) acadêmicos matriculados, mas que não estavam cursando de forma assídua o curso, c) aqueles que recusaram o convite de participação. Os acadêmicos foram convidados a participar do estudo por meio de divulgação em mídias sociais (redes sociais e grupos de mensagens dos estudantes), bem como por meio da distribuição e fixação de cartazes ao redor da instituição.

Participaram do estudo os dez primeiros interessados que atenderam aos critérios de seleção expostos acima ou que demonstraram interesse em contribuir com o presente trabalho. A média de idade dos participantes foi de 22,8 anos, e a renda média familiar dos mesmos por mês foi em torno de cinco salários-mínimos (R\$7.060,00). Quanto ao sexo, oito participantes eram do sexo feminino e apenas dois eram do sexo masculino, o que acaba por inferir a dificuldade em se participar desses tipos de pesquisa (qualitativas e na modalidade de entrevistas gravadas) dos indivíduos do sexo masculino.

Dentre os períodos em curso dos entrevistados, a maioria dos entrevistados cursavam o oitavo período, que corresponde ao último semestre da formação em nutrição.

Quanto à raça, seis participantes relataram ser brancos e quatro pardos.

No que tange ao estado civil, observou-se que oito acadêmicos eram solteiros e dois estavam namorando.

A análise de dados foi feita com base na Análise de Conteúdo, proposta por Bardin (2016), desenvolvida a partir das seguintes etapas: organização da análise ou pré-análise, codificação e categorização.

Na primeira etapa, foi feita a transcrição literal das entrevistas, somada à leitura exaustiva e flutuante delas.

A segunda etapa caracterizou-se pela transformação dos dados brutos obtidos anteriormente nas entrevistas, a fim de que se constituísse uma ligação entre eles a literatura científica sobre o tema.

Por fim, realizou-se a categorização (classificação e agregação) das temáticas. Nesta última etapa foram informadas as categorias e subcategorias que resultaram da análise e que permitiram ao pesquisador encontrar suas unidades de significados e seus agrupamentos, à luz da literatura (Bardin, 2016).

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas (CEP) com Seres Humanos da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), por meio do parecer nº 6.273.471.

Além disso, todos os participantes foram informados dos objetivos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme orientação da Resolução 466/2012 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do conjunto de entrevistas, apontou para duas grandes categorias: a primeira, referente à imagem corporal dos estudantes e suas insatisfações durante a infância e adolescência, momento próximo à entrada no curso de graduação em nutrição; e, a segunda que inclui as mudanças percebidas ao longo da graduação e as insatisfações anteriormente presentes até o período atual.

Imagem corporal e suas insatisfações durante a infância e adolescência

Fica evidente, nas falas de todos os entrevistados, que a insatisfação corporal não se refere a um fenômeno recente, com o qual os jovens se depararam, após o ingresso na universidade.

De modo geral, os estudantes reconhecem que, desde a infância, já se viam insatisfeitos com os seus corpos e sofriram pressão social para adequá-los aos padrões de beleza. Os participantes também ressaltam que a insatisfação com alguma parte ou característica de seus corpos, tornou-se ainda mais acentuada na entrada para a adolescência, como pode ser observado nos relatos abaixo:

Meu corpo eu nunca aceitei, desde que eu conheço eu por gente! Foi uma coisa que, tipo, desde criança, sempre eu odiei meu corpo... por sofrer muito bullying durante a escola, fundamental, por eu ser uma pessoa que tinha uma obesidade muito alta, então sempre era motivo de zoeira, motivo de brincadeira, e esses me atentavam muito então o meu corpo era a minha pior forma. Tive até o motivo de usar roupas mais longas, tentar tampar mais parte do corpo e afins. (E2).

Na verdade, é que eu nunca me aceitei, mas eu nunca mudei suficiente, sabe? Eu nunca me vi bonita, sabe, isso é verdade! Não gosto do meu corpo, nunca gostei, eu acho! (E4).

Esses dados corroboram com a literatura científica que aponta que, apesar de se tratar de um fenômeno recorrente entre ambos os sexos, as mulheres de diversas idades pertencentes à diferentes cursos da área da saúde, apresentam maior distorção de imagem corporal e insatisfação corporal, sendo essa última motivada principalmente pela perda de peso (Lopes e colaboradores, 2022).

Em um estudo descritivo correlacional realizado com 935 escolares, do primeiro ao quarto ano, das escolas públicas do estado de Mato Grosso, constatou-se uma tendência entre as meninas de superestimarem o seu tamanho corporal, enquanto os meninos tendiam a subestimar o mesmo.

Ainda segundo o estudo, os meninos classificados com eutrofia tenderam a subestimar a sua imagem corporal, enquanto as meninas a superestimá-la (Santos e colaboradores, 2019).

Conforme pode ser observado nos relatos dos participantes, as mudanças relacionadas à adolescência contribuíram para que passassem a dar maior atenção aos aspectos estéticos dos seus corpos, aumentando as preocupações sobre como eles seriam percebidos, nas interações sociais. Cabe ressaltar que a adolescência é uma etapa do ciclo de vida marcada por significativas

alterações estruturais nos corpos, tanto dos meninos como das meninas, os quais adentram no período da puberdade e se deparam, principalmente, com mudanças físicas que, muitas vezes, geram a sensação de estranhamento.

Concomitante, os adolescentes vivenciam mudanças importantes em seus papéis sociais, passando a ampliar o seu núcleo de sociabilidade e a atribuir maior importância às avaliações dos seus pares, podendo gerar angústias e sofrimentos, como pode ser percebido no relato de uma das entrevistadas

Eu comecei a ter uma visão, uma percepção do meu corpo quando eu entrei na adolescência, né. Na verdade, o assunto já começava a correr quando eu tava com uns 11 pra 12 anos, lá quando começa aquela conversa de “corpo ta desenvolvendo, ta crescendo peito, tá não sei o que” e você começa a ficar desconfortável, tem aquelas mudanças. Então aquilo já virou uma questão pra mim. Eu tinha muito medo de como ia formar o meu corpo, de como eu ia ser. Isso foi realmente uma questão. Então, tinha situações assim que eram tanto de colegas mulheres quanto de meninos que falavam uns do corpo do outro. Então eu era muito, muito incomodada, eu tinha vergonha demais do meu corpo. Quando eu comecei a sentir que eu estava desenvolvendo peito e tal, eu me escondia, usava roupa larga, não gostava nem um pouco. E, e aí o modo que eu fui crescendo sempre foi um desconforto, eu sentia, sempre queria modificar, sempre. Na época eu me sentia muito magra, eu era bem magrinha, então eu achava que eu era muito magra, e aí eu queria desenvolver corpo, queria fazer academia, mas aí também não tinha esse assunto. Então, por um bom tempo eu fui bem insatisfeita, era muito! Ficava mal ... (E6).

A fase da adolescência é caracterizada como uma etapa marcada pela utilização do corpo como forma de se garantir uma inserção nos mais diversos nichos sociais. Para esses, demonstrar-se como membro de um meio social, como integrante de um grupo, é colocado como uma forma de aceitação e validação.

A imagem constituída e transpassada pelo corpo, principalmente nesse grupo, passa a ser classificada como o passaporte, como uma garantia de marcação de espaço e como um ser que também tem uma identidade (Campos, 2024).

Para os jovens entrevistados, o processo de aquisição e representação de um corpo que corresponda aos padrões sociais de beleza vem gerando insatisfação corporal e sofrimento psíquico, uma vez que não há como atingir esses modelos de beleza se caracterizando como um “ideal imaginário”.

Longe dos modelos perfeitos que circulam nas mídias, o que existe, de fato, são diferentes corpos, em diferentes sujeitos, marcados por diversificadas influências psicológicas e sociais, oriundas de suas infâncias, entaves e traumas provenientes do desfecho do processo de formação psíquica de cada um desses, bem como a resolução dos conflitos do processo de formação de identidade (autoimagem, autoconceito e autoestima) dos mesmos. Em outras palavras, não há como o indivíduo adolescente obter esse corpo estereotipado como “perfeito”, sem que ele entenda que o real apresenta imperfeições (Campos, 2024).

No presente estudo, alguns acadêmicos também ressaltaram o incômodo com seu peso corporal e apontaram para uma possível relação com as inseguranças e insatisfações em suas vidas. Nota-se, portanto que esses padrões de beleza e estética já eram percebidos desde adolescência, sendo esse incômodo, muitas vezes ocasionado e fomentado tanto pelo nicho das relações familiares, dentro de suas casas e com a influência de seus parentes, como pelos nichos sociais, na escola com os amigos ou nas práticas esportivas. Nesse sentido, alguns entrevistados afirmam:

Eu tinha tipo uns 13 anos, aí eu engordei e tal, aí tipo a família, eu não digo só as pessoas na minha casa, né, mas tipo, familiares longes, e eles falavam “hossa, ta gorda né...” e tudo mais... isso é uma coisa chata! (E3).

Eu acho que, querendo ou não, é... pra família, é padrão, né? É magra, muito..., mais família... hoje em dia já teve momentos que falaram “você tá gordinha”, mas agora é que eu estou magra (E6).

Como pode ser observado nas falas acima, os entrevistados também enfatizaram a influência familiar no modo como se relacionam os seus corpos e, apenas alguns dos participantes relataram o mínimo apoio e conforto que seus grupos familiares ofereceram a eles, com argumentos e elogios que favorecessem a beleza e a estética corporal, ou mesmo, fizessem com que estes

compreendessem a fase conturbada que estavam transpassando em seu âmbito físico.

De forma semelhante, também foram recorrentes as menções registrando o aumento de um desconforto existente desde a infância, através de críticas e falas desmotivadoras e pejorativas que, muitas vezes, colocavam em dúvida o interesse desses jovens em buscarem pelo curso de nutrição:

Então, como eu falei, antes do curso, eu tive a fase que eu era mais gordinha e a fase mais magrinha. Na parte que eu estava gordinha, tipo assim, era meio que bullying dentro de casa, vamos dizer. Meu irmão era uma pessoa muito... Falava demais, né?! Aí tipo assim, eu tava bem insatisfeita, então eu comecei a treinar bastante. E aí depois de uns anos que eu fui chegar em 48 quilos... (E5).

Minha família, ela cobra, eles reparam, eles comentam. O pessoal, é... eu acho que todo mundo, tanto na graduação, que é o meu grupo social, tanto família, quanto amigos, esperariam ver uma estética mais bonita da minha parte. Por ser estudante também, por falar muito disso. Então, acho que eles me vêem como uma pessoa acima do peso, acima do ideal... é!... Eu sinto que me reparam muito em mim! (E9).

Em um estudo realizado por Guimarães, Perez e Dunker (2020), com 270 adolescentes do sexo feminino das escolas públicas de São Paulo, constatou-se que as adolescentes que possuíam algum grau de insatisfação corporal apresentaram maiores níveis de IMC, de comprometimento de sua autoestima e de provocações familiares com relação ao seu peso e aparência física, além de não realizarem algumas refeições semanais junto à sua família pelo receio das presentes críticas a elas proferidas. Constatou-se, ainda, que as mães, quando comparadas aos pais, apresentaram maiores preocupações com suas próprias refeições, assim como na rotina alimentar de suas filhas (Guimarães, Perez e Dunker, 2020).

Nesse íterim, mais da metade das mães entrevistadas no referido estudo, comentavam sobre o peso da filha, além disso, quando se abordou a prática dos pais como responsáveis com relação à alimentação e ao corpo físico, observou-se que as adolescentes que já tinham insatisfações informaram que sofriam com comentários relacionados ao seu peso, a realização de dietas saudáveis e à

perda de peso (Guimarães, Perez e Dunker, 2020).

De forma unânime, todos os entrevistados relataram estar insatisfeitos com os seus corpos, ainda que com intensidades distintas. Observa-se que as mulheres relataram maior insatisfação corporal, sobretudo no que se refere às críticas em relação ao sobrepeso e à obesidade. Em suas falas, é possível reconhecer o desejo de modificar alguma parte do seu corpo, visando maior conforto, aceitação social e acolhimento com seu próprio físico.

Assim, os participantes afirmaram estar sempre em busca de melhorias corporais para sentirem-se parcialmente satisfeitos com seus corpos, almejando procedimentos estéticos, como lipoaspirações, plásticas e modelações corporais, a exemplo dos seguintes relatos:

Hoje, vamos dizer assim, que eu estou 50%, mas sempre em busca da melhora. (E2).

Ninguém está satisfeito, né, com nada, (risos). Ah, mas tipo assim, se desse pra mim fazer uma lipo? Faria!! (risos) Se eu tivesse dinheiro, essas coisas eu faria...(E3).

100% não, tipo assim, se eu puder eu ainda perco uns quilinhos... (E5).

Coerente com o exposto, Brugiolo e colaboradores (2021) em uma pesquisa realizada com 229 estudantes da Universidade Federal de Juiz de Fora, sendo esses majoritariamente mulheres e da área da saúde, constatou-se dentre os resultados que a maior parcela dos participantes não havia realizado quaisquer procedimentos estéticos, entretanto, uma também maioria massiva desejava realizá-los.

Também no referido estudo, observou-se preocupação leve e moderada com a forma corporal, assim como o desejo de se submeterem a procedimentos de redução de gordura localizada, sendo o principal empecilho, a ausência de dinheiro (Brugiolo e colaboradores, 2021).

O relato dos participantes também recorrentes referências à presença de sintomas de alguns transtornos alimentares, ou mesmo em alguns diagnósticos de anorexia nervosa, ainda na adolescência. Diante da pressão pela adequação de seus corpos e da insatisfação com eles, os entrevistados relatam que recorriam a algumas práticas que já se caracterizavam como um indicativo de risco

para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Buscando ter um corpo enquadrado e padronizado, os jovens passaram a aderir à prática de dietas da moda, as quais não consideram em nada a composição e a diversidade dos corpos, a importância de uma alimentação balanceada e equilibrada e, em sua maioria, também não levam em consideração a existência de doenças pré-existentes em cada sujeito.

Por outro lado, essas dietas possibilitavam perdas significativas de peso, em curtíssimos períodos, as quais se somavam a jejuns prolongados e purgação forçada (êmetese forçada/induzida), sendo alguns desses sintomas presentes, ainda no início da graduação em nutrição, como pode ser observado nos relatos abaixo:

E eu fiquei tanto, tipo assim “nossa, vou emagrecer, vou emagrecer!” que eu tive um distúrbio alimentar, que eu tive anorexia... eu, quando eu comecei eu tinha 92 quilos, a emagrecer, aí eu fiquei com 42,5... foi uma perda muito grande!! (E3).

Dieta da USP, que de USP não tem nada, né ... (risos). Que é praticamente comer só um biscoitinho água e sal quando você já tava quase desmaiando e café... isso faz anos, né. Já cheguei a vomitar também, forçado, bastante tempo.... parou faz anos, até porque a gente começa a fazer nutrição e a gente sabe que não é por aí, mas... sei lá... última vez eu sei que é 2020, eu acho? 2021...(E4).

Na mesma direção, Canali e colaboradores (2021) realizaram um estudo com 125 estudantes dos cursos da área da saúde, no Rio Grande do Sul, investigando a percepção da autoimagem corporal e a proporção de satisfação dela, constatando que mais de um terço da população estudada apresentava risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, assim como insatisfação corporal por excesso de peso.

Na mesma direção, Oliveira e colaboradores (2020) também realizaram um estudo com 61 acadêmicas dos cursos de Nutrição, Estética e Educação Física, de uma universidade mineira, visando avaliar indícios de TA, compulsões alimentares, satisfação com a imagem corporal e a influência da mídia social nesse cenário.

No referido estudo, mais da metade dos entrevistados apresentou risco para o desenvolvimento de TA, especialmente

aqueles pertencentes ao curso de Nutrição, onde esses sintomas estavam presentes em um quarto do grupo. Os pesquisadores também constataram que, dentre as estudantes, aquelas pertencentes ao curso de Nutrição apresentaram maiores prevalências de compulsão alimentar, totalizando 20% de sua amostra.

Imagem corporal e relação com o corpo ao longo da graduação em nutrição

De modo geral, a entrada dos estudantes no curso de nutrição se constituiu como um momento importante, que segundo eles, contribuiu para o aumento do sentimento de insatisfação com os seus corpos, presentes desde a infância e potencializadas na adolescência, quando também ingressaram na universidade. Segundo os entrevistados, o convívio diário com os diferentes estereótipos e hábitos, somados à pressão em adotar um estilo de vida mais ativo e saudável, com a realização de exercícios físicos e, uma alimentação adequada e balanceada, aumentava a insatisfação corporal, juntamente com uma obsessão em busca da boa forma, como pode ser observado na fala de um dos entrevistados:

É... eu só não aceito mais o meu corpo agora quando eu ingressei no curso de nutrição. Mas eu entrei no curso, comecei a ver as coisas, comecei a ver como as pessoas se cuidavam e eram obcecadas por isso, eu comecei a ver bastante “problemas” tanto na minha saúde quanto no meu corpo, na minha imagem. (E9).

Buscando-se avaliar os comportamentos característicos de ortorexia nervosa (ON) e identificar possíveis aspectos comportamentais que jogassem luz à prevalência de condutas ortoréxicas em membros do ensino superior, Silva e Fernandes (2020), conduziram uma investigação com acadêmicos do primeiro ao terceiro ano de graduação dos cursos de nutrição e educação física, de uma universidade do interior de São Paulo. Os pesquisadores constataram que os acadêmicos dos primeiros períodos apresentavam maior presença de comportamentos ortoréxicos em comparação dos anos finais, os quais davam maior importância às suas imagens físicas, consideradas como “propagandas” ou sinônimos de bom desempenho acadêmico,

contribuindo para que os estudantes dedicassem maiores períodos à prática de exercícios físicos e aos cuidados com a alimentação. Em contraponto com o final das graduações, com a falta de tempo e os compromissos universitários a preocupação com a aparência e os hábitos alimentares não se mantinham os mesmos, demonstrando-se serem inferiores aos apresentados no início dos cursos supracitados (Silva e Fernandes, 2020).

É válido destacar que no presente estudo também foi colocada uma hipótese causal para os elevados índices de ON. Tendo como comparativo os acadêmicos de ambas as graduações, Silva e Fernandes (2020) destacaram que houve maior presença de comportamentos ortoréxicos dentro daqueles pertencentes ao curso de educação física, e que neste, há apenas uma disciplina relacionada à área de nutrição (esportiva). Com isso, constatou-se que por parte dos pesquisadores a possibilidade de as maiores informações nutricionais serem uma medida protetiva contra o aparecimento de comportamentos ortoréxicos (Silva e Fernandes, 2020).

Com o ingresso no curso de nutrição e, marcados por uma trajetória de vida de insatisfação com os seus corpos, muitos acadêmicos relataram grande receio acerca do encontrariam pela frente, dentro das salas de aula e com o convívio diário. Os relatos dos participantes revelam que, desde o seu ingresso no curso de nutrição, os mesmos se depararam com inseguranças, medos, desconfortos, ou tiveram alguma sensação de não pertencimento, se sentindo deslocados ao grupo em que estavam adentrando. A presença de receios quanto aos hábitos considerados “saudáveis” sempre estava presente, de modo que os entrevistados passaram a adotar hábitos que afirmassem a sua disciplina e perseverança em adequar os seus corpos e hábitos, como a preparação de marmitas para as refeições na universidade, a prática de exercícios físicos voltados à hipertrofia e ao ganho de massa magra, a busca por um estereótipo de um corpo mais magro, com menores taxas de gordura e uma estrutura óssea mais fina, as quais surgem, nas falas, como uma verdadeira busca obstinada pela boa forma:

Eu acho que não foi, não foi insegura a palavra, mas tipo eu não me encaixei muito, eu me senti meio deslocada nesse sentido porque... sei lá, porque acho que meu foco era

mais outra coisa, tipo, eu não tinha esse foco de “ai, marmita todo dia, pesar comida pra ficar grande, pra músculo, músculo” (risos). Então, tipo, meu foco era outro, eu fui meio que levando da forma que eu gostava. No começo eu fiquei até um pouco, com medo de talvez não curtir e tal, porque eu tinha muito receio né, com esse negócio de academia, eu não achava isso legal, mas eu fui mesmo assim, tipo, fui fazendo da forma que era melhor para mim, sabe?! Sem tentar me comparar muito com os outros, porque cada pessoa é única e cada pessoa tem a sua forma de... de... bem-estar, de estar bem consigo mesmo, então...(E7).

Mas quanto aos meus colegas sim, porque na minha turma tem muita menininha... assim, “magrinhazinhazinha”, e tem muita gente que faz academia também. E aí eu me sentia meio parada em relação a minha turma. Em relação aos meus colegas eu me sentia um pouco... um pouco sedentária, um pouco parada, isso me incomodava um pouco. (E8).

Uma das estudantes entrevistadas, destaca que, ao ingressar no curso de nutrição, identificou a forte “competição” entre os próprios estudantes, os quais disputam não apenas conhecimentos e notas, mas sobretudo o desempenho na construção de um corpo hipertrofiado. Corroborando com os achados da literatura (Espíndola e colaboradores, 2021; Lopes e colaboradores, 2017) nessa corrida em busca da perfeição, a estudante reconhece que, nos cursos de nutrição ainda circulam ideias e discursos que afirmam que os estudantes e profissionais devem construir os melhores e mais saudáveis corpos, os quais por meio de suas formas e proporções, atestem a qualidade do estudante e do profissional.

Agora que eu entendi que eu tô fazendo tudo errado!! Foi esse ano... o ano começou eu falei “gente, por que eu tenho que me matar na academia igual essas meninas?!?!” Eu acho que eu posso três vezes na semana!” (risos)! É uma corrida, todo mundo tentando competir!! Até entre as amigas. A gente compete entre nós. Poxa, minhas amigas, minha dupla de TCC, a gente fica toda hora falando, “mas eu tô fazendo isso”, aí ela fala, “então, eu tô fazendo isso, isso e aquilo!”. Aí a gente se compara, (risos)...

Embora os estudos qualitativos sobre a insatisfação corporal ainda sejam incipientes, é possível inferir que a pressão pela boa forma se

soma a outras as pressões sociais, familiares e midiáticas que exigem que os jovens se destaquem e tenham um rendimento de excelência em múltiplas atividades. Essa cobrança também se estende à constituição de seus corpos e aos seus hábitos alimentares e possivelmente, também ampliam os riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares entre os discentes do curso de Nutrição (Espíndola e colaboradores, 2021; Lopes e colaboradores, 2017).

Nesse sentido, em um estudo transversal realizado com 141 estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Penaforte e colaboradores (2018) constataram uma expressiva presença de comportamentos alimentares, bem como significativa associação entre ON e insatisfação corporal, e ON e o estado nutricional desses acadêmicos; além de vultosos dados de insatisfação corporal dentre os discentes, não havendo diferenças do presente transtorno entre os períodos iniciais e finais do curso. Dessa maneira, estudos apontam que acadêmicos e profissionais de nutrição se encontram mais suscetíveis à adesão de comportamentos de risco para ON e confirmam uma palpável relação existente entre esses sintomas e suas atividades profissionais, ligadas diretamente ao corpo e à alimentação (Espíndola e colaboradores, 2021; Lopes e colaboradores, 2017; Penaforte e colaboradores, 2018).

Os entrevistados também chamam a atenção para diversas ocasiões ao longo da graduação em nutrição, em que se sentiram constrangidos, ou vivenciaram qualquer desconforto em relação aos seus corpos. Os participantes ressaltaram uma grande insegurança e incômodo diante da disciplina de Avaliação Nutricional (AVA), cujas práticas incluíam o ensino de métodos de desenvolvimento das avaliações físicas, as quais eram realizadas na modalidade “em espelho”, onde os próprios alunos se avaliavam fisicamente quanto às questões antropométricas (dobras cutâneas e circunferências corporais). Para os entrevistados, esse momento foi permeado de grande angústia e medos quanto à necessidade de exposição dos seus corpos, de forma arbitrária e constrangedora, diante de toda a turma e dos docentes, sendo ainda mais significativo entre aqueles que se consideravam mais distantes dos padrões estéticos, como pode ser observado a seguir:

Mas no início você fica meio... “hum”, e eu ainda fui o teste da professora, pra ser lá na frente, aí eu tava, “meu Deus!” Mas assim, eu... fiquei meio assim, olhando coisa na balança também, porque tipo... sabe, a outra pessoa tá pesando você aí, você fica meio “hm” da pessoa ficar olhando quanto você tá... (E5).

Situações constrangedoras também é a avaliação antropométrica que fazem na sala, que é todo mundo junto e a gente tem que tirar, ficar de top... AVA foi um terror (risos)... e muitas vezes você é o modelo porque ninguém quer ser né! E aí muita gente vai reparar porque tem que desenhar no seu corpo, marcar as medidas, então... é chato! (E9).

Analisando o conjunto de entrevistas, é possível perceber que a vergonha em relação aos seus corpos, também se estendia para além das salas de aula e dos laboratórios, e também se manifestava em eventos, festas e confraternizações onde a exposição corporal passava a ser mais acentuada. Isso se dava principalmente, a um momento mais propício, com festas organizadas pela atlética do curso, em locais em que as roupas produzidas pela entidade são muito utilizadas e, quase sempre, curtas e com ênfase na exposição de algumas partes dos corpos.

Dessa forma, os acadêmicos se recordam de diversas situações, nas quais se sentiram constrangidos, ou, para evitarem alguma situação desconfortável, se privavam da utilização de algumas roupas. Nesse sentido, algumas entrevistadas relatam que, nas festas, evitavam o uso de tops, saias, shorts ou blusas mais curtas ou justas, e até mesmo recorriam a roupas que escondessem seus corpos, ou disfarçassem os contornos dos mesmos, como relatado nas falas a seguir:

Não é que eu acho isso, eu sei que não tem nada a vê uma coisa com a outra, mas é que a gente fica “nossa, que as pessoas vão falar?” Ou pressão social no sentido de... sei lá, vai numa festa... eu já me senti assim. E me sinto, às vezes, sabe?... De corpo mesmo... assim gorda, que se já usa uma blusinha já se acha, uma bochecha a mais, que eu sou bochechuda hshsh. É que sei lá, de vez em quando uma festa e piscina, a autoestima com nosso corpo, provavelmente quando eu fosse entrar, seria baixa, entendeu? (E4).

E festa também, a galera vai muito de crop, de top, e tipo, eu também não vou muito

assim, né?! Queria ir assim, mas não tô com toda essa segurança ainda, eu tô... tô desenvolvendo aos poucos, entendeu? (E5).

De acordo com um estudo transversal de Lopes e colaboradores (2017), avaliando a percepção de imagem corporal e o estado nutricional de acadêmicas de nutrição, é possível inferir que a relação entre o estado nutricional dessas estudantes e a satisfação delas com a sua imagem corporal é, minimamente, capciosa. É possível afirmar que foi majoritária a insatisfação com a imagem apresentada pelas mulheres estudadas, independentemente do período em que estas encontravam-se no andamento do curso, e das ocasiões de adequação quanto ao estado nutricional das mesmas (Lira e colaboradores, 2017).

Por fim, também é preciso destacar as concepções dos participantes quanto às expectativas sociais em relação ao corpo do estudante e do profissional de nutrição. Embora questionem as mesmas e reconheçam a sua construção social e cultural, os estudantes também se sentem pressionados e preocupados em conformar os seus corpos, que passam a ser vistos como “cartão de visitas”, que atestam o seu sucesso e a qualidade de sua atuação acadêmica e profissional.

Concomitante, os entrevistados também vivenciam a cobrança de colegas, docentes e futuros clientes para que utilizem os seus próprios corpos e histórias de vida como forma de captação de pacientes. Contudo, ao falharem no delineamento dos seus corpos, os mesmos vivenciam sentimentos de culpa e fracasso, associando o seu sucesso à sua forma física e composição corporal, como pode ser visto abaixo:

Eu acho que não, porque eu estou com essa mentalidade boa hoje, eu, eu falando, né?!... Igual tinha falado antes, “ah, não vou no nutricionista que está acima do peso ou que está um pouquinho maior”. Então eu acho que ainda tem uma pressão do estudante, estudante não, mas do profissional, é... ta no peso adequado, é... ta mais magrinho, fazer academia, porque é a visão que os outros têm! Então, já que tem essa pressão em relação aos outros com o profissional, eu acho que acaba fazendo um padrão, sabe?! Porque é o que a gente tem que tá... você vai querer cliente, entendeu? Não!!... Como que eu posso explicar?... É como se não tivesse um corpo

ideal..., mas a cobrança... é ... não tem, eu sei que não tem!! Uma coisa não tem a ver com a outra!! Mas essa cobrança, sabendo que teu corpo é tua imagem, acaba fazendo esse padrão, sabe. (E4).

Em um estudo quantitativo descritivo, de caráter transversal, realizado com 37 acadêmicos do 2º ao 8º período do curso de Nutrição em Pindamonhangaba-SP, de maneira geral, Espíndola e colaboradores (2021) observaram uma alteração positiva na alimentação dos estudantes com a entrada na graduação, sendo essa motivada, possivelmente, pela preocupação destes em ter uma "boa aparência", sendo e mesma considerada uma característica de forte relevância para o sucesso profissional e o ingresso no mercado de trabalho. De maneira similar, em um estudo realizado por Lovato e Cruz (2020), foi possível pontuar que há, de fato, uma possível relação entre a classificação antropométrica do nutricionista e o estereótipo social de um corpo magro, o qual é relacionado como um dos pré-requisitos para a atuação dele. Assim, concluiu-se que a defesa de um corpo magro (estereótipo de magreza) pode ser colocada como um dos critérios que influenciam na edificação da identidade do profissional nutricionista voltado ao sucesso em sua atuação no mercado de trabalho (Lovato e Cruz, 2020).

Também é importante destacar que, embora não contassem com espaços para discutir e compartilhar suas vivências em relação aos próprios corpos os estudantes relatam que, após o ingresso no curso, puderam conhecer e aplicar conhecimentos que os auxiliaram na tarefa de redesenhar um "novo corpo", passando a adotar novos hábitos que constituíram, desde então, a rotina diária desses discentes. À medida que progrediam no curso, os estudantes também passaram a refletir e tomar mais consciência de suas insatisfações corporais e sintomas de transtornos alimentares, na maior parte das vezes, buscando saídas, menos rígidas, que permitissem aceitar os seus corpos e seguir na formação, segundo os relatos:

Nossa, mudou bastante... eu acho que antes de entrar na graduação, é que já fazia muito mais tempo, né, mas... como não conhecemos as questões de saúde envolvidas, acho que pesa muito mais a pressão estética. Então, ser gordo é uma coisa que "não é saudável". Era essa minha percepção, então eu

precisava fazer alguma coisa para deixar de ser gordo, como se fosse um botãozinho assim que você aperta e modifica, mas não é assim. Hoje em dia a gente vê não, eu vejo que é... estudando sobre, né, que... entrar em um padrão não é uma coisa correta, a obesidade é uma doença multifatorial, muito complexa, existem padrões de corpos, enfim, muitas coisas envolvidas aí... (E1).

É, eu gosto de, quando eu penso em alimentação, quando eu penso em saúde, eu não penso mais em um corpo magro, que é uma coisa que eu pensava antes, eu penso mais em bem-estar em uma estar à vontade, sabe?... É isso! (E6).

É, eu acho que hoje em dia eu tenho uma lente... eu tenho várias lentes, né?! Que eu fui adquirindo na faculdade, que me ajuda a enxergar as coisas de uma forma, mas é, mais positiva, tipo, nessa questão corporal, sabe? E eu acho que muito disso se deve à faculdade, se deve aos professores, principalmente algumas matérias que eu acredito que tenham influenciado de uma forma positiva... (E7).

Esses dados, segundo Batista e Franco (2021), parecem indicar que, apesar de conviverem com as pressões sociais e de se sentirem insatisfeitos com os seus corpos, os estudantes possuem alguma crítica quanto ao fenômeno e questionam a suposta relação atribuída entre os seus corpos e sua competência profissional. Em um estudo realizado com profissionais nutricionistas acerca da importância do seu estereótipo dentro de sua atuação acabou por demonstrar, de forma unânime, a existência de uma pressão dentro dessa área de exercício para que o corpo do profissional em questão esteja de acordo (inserido) nos padrões de normalidade preconizados pela sociedade, e a mídia como um todo, como um corpo ideal. Os autores conseguiram relatos de que mais da metade dos profissionais que foram entrevistados durante a pesquisa de alguma maneira já presenciou sob a forma de relatos, ou até mesmo vivenciou dentro da profissão escolhida, a alteração de suas áreas de atuação em virtude da percepção de que as suas características estéticas corporais não se apresentavam de acordo com aquelas prefixadas como referência dentro da nutrição (Batista e Franco, 2021).

De forma reiterada, os discentes relataram que aquelas expectativas que compartilhavam na entrada da graduação, foram ressignificadas. Eles também reconhecem que, apesar de incipientes, as discussões sobre o tema, quando presente nas disciplinas e em outras ações da formação, se apresentou como algo libertador, que amenizava as inseguranças que, anteriormente, tomavam tamanha proporção na vida desses discentes que acabavam por inviabilizar a concretização do próprio conhecimento, conforme demonstrado nos relatos abaixo descritos:

Logicamente a pessoa que tem obesidade, tem uma doença e precisa ser trabalhada, mesmo que ela ame o corpo dela tudo mais, que ela aceite o corpo dela... isso é certo, mas não podemos romantizar a obesidade igual a desnutrição ou outras doenças!! E, para nutricionista não, acredito que não. Não tem o corpo..., mas é o ponto que eu coloquei anteriormente, a obesidade é uma doença e desnutrição também é uma doença... O nutricionista não tem que ter aquele corpo perfeito, nunca... o educador físico ou profissional de educação física tem que ser perfeito ou musculoso, não, jamais também! (E2).

Quando eu comecei nutrição, foi outro ponto de gatilho do que?... De sair dessas dietas loucas e malucas! Ou seja, foi quando eu aprendi a ter conhecimento de qual alimento é melhor, qual alimento não é, de ter conhecimento de macros e micros, de conhecimento de combinações para ter emagrecimento saudável e tudo mais. Então isso me fortaleceu bastante, fora que eu tive um maior ganho de massa magra, então isso me ajudou bastante na perda de peso. (E2).

Eu acho que um corpo ideal é um corpo... eu vou ser bem "clichê", é um corpo que você tá bem com ele, sabe?! Não, é... esse estigma de que "nutricionista tem que ser magra porque tem que vender produto" isso é ridículo! Saúde não é peso! Saúde não é peso definitivamente!! E, é claro que a gente analisa isso e tem quantidades certas, é... certas não, mas assim, um parâmetro! Mas pra mim, um profissional da saúde tem que se sentir confortável, se sentir seguro pra se apresentar, falar de como é, não acho que tem um padrão!! Não acho que tem padrão para nenhuma, nenhuma profissão, para nada! Eu acho que você tendo conhecimento, sabendo aplicar o

seu trabalho de forma ética e certo, tá feito!! Acho que é isso... (E6).

As alterações nos modos de pensar e na consciência corporal, referida pelos estudantes ao longo do curso, indicam que a relação entre o processo de autopercepção corporal e as insatisfações corporais, podem estar relacionadas, podendo essas serem minimizadas, ao longo da formação, por meio de espaços de reflexão e aprendizado.

Para Espíndola e colaboradores (2021), o ingresso na formação de Nutrição pode contribuir para mudanças positivas na saúde física e mental dos jovens como: o início da prática de exercícios físicos vinculados à saúde corporal; a satisfação com seu peso corporal e a mudança da alimentação. Os autores também constataram que alterações na alimentação adquiridas pelos universitários após a entrada no curso poderiam estar relacionadas com o ganho de conhecimento ao longo do mesmo (Espíndola e colaboradores, 2021).

Em uma revisão integrativa, desenvolvida por Graner e Cerqueira (2019), há um apontamento em que os acadêmicos mais engajados nas atividades do curso, com melhores percepções acerca da vivência na universidade apresentaram melhores resultados em sua saúde mental e bem-estar.

Ademais, dentre algumas características psicológicas voltadas à proteção do sofrimento psíquico dentro do âmbito acadêmico, ressaltaram-se: o senso de coerência, empoderamento, autoeficácia (confiança sobre a própria capacidade), controle e cognição em diferentes situações, vigor elevado (maior energia e entusiasmo com o aprendizado), maior autoestima e afeto, elevada resiliência, bom relacionamento, além de um maior controle sobre os eventos inerentes à vida humana (Graner e Cerqueira, 2019).

CONCLUSÃO

De modo geral, os relatos dos estudantes de nutrição, indica o reconhecimento da existência de um padrão de imagem corporal, construído e difundido socialmente, que apresenta modelos de corpos, especialmente magros, hipertrofiados, como padrão de estereótipo corporal, que deve ser tomado modelo de corpo por todos, especialmente pelos profissionais da área da Nutrição.

Os estudantes também reconhecem que, historicamente, as mulheres são mais pressionadas a delinear corpos que correspondam a esses modelos, fortemente difundidos por meio de veículos de comunicação, sobretudo as redes sociais que, em meio a um sistema capitalista, consumidor, influente e massificado, pressiona esses discentes, diariamente, a buscarem estratégias para conformar as incoerências e insatisfações em seus corpos.

Também foi possível observar que, as insatisfações com o corpo, percebidas pelos estudantes de nutrição, se iniciam bem antes mesmo do ingresso na universidade, especialmente na passagem para a adolescência, quando a vergonha e o medo da exposição dos corpos também contribuíram para sintomas de transtornos alimentares e de imagem corporal. Nesse sentido, a família e a escola são apontadas, pelos entrevistados, como importantes espaços onde circulam discursos e violências para conformação dos seus corpos.

Constata-se também a existência de uma pressão interna significativa entre os estudantes do curso de Nutrição para adequação dos seus corpos aos estereótipos que exigem, desses profissionais, um corpo que ateste a sua competência e qualidade técnica.

Durante diferentes etapas da formação, especialmente nas aulas de AVA, os estudantes se sentiam inseguros com a exposição dos seus corpos, temendo serem reconhecidos como menos capazes, em função de sua composição corporal.

Embora reconheçam a existência dessa pressão social, ao longo do curso, os estudantes desenvolvem uma relação crítica que os permite questionar e buscar romper com esses estereótipos.

Apesar da relevância dos resultados, é possível que alguns aspectos possam limitar a generalização dos achados. Nesse sentido, por se tratar de uma temática sensível ao grupo, é possível que os participantes tenham se sentido, de alguma forma, inibidos de relatar experiências pessoais mais íntimas e dolorosas, como, por exemplo, em relação aos comportamentos alimentares de risco.

Estudos futuros, poderão se valer de outras estratégias que busquem minimizar esses efeitos.

Além disso, tendo em vista o maior número de mulheres entre as estudantes e

profissionais de nutrição, no presente estudo, houve uma menor participação masculina. Novas investigações poderão considerar análises comparativas entre os relatos de homens e mulheres, uma vez que, como apontam os dados do presente estudo, parece haver uma maior cobrança entre as profissionais do gênero feminino.

Por fim, é preciso considerar que os resultados aqui analisados, dizem respeito a um grupo de jovens, de classe média e urbanos, de uma capital do centro-oeste brasileiro.

Considerando os aspectos sociais do fenômeno da imagem corporal, é possível supor que estudantes de nutrição de outras classes sociais e regiões do país, apresentam singularidades, que poderão ser discutidas em novos estudos.

Por fim, ressalta-se a necessidade da criação e fomentação de atividades acadêmicas interdisciplinares e interprofissionais voltadas à auscultação dos discentes dos cursos das áreas da saúde, em especial, da Nutrição e da Educação Física, a fim de que se consiga mitigar o aparecimento de insatisfações corporais baseadas em critérios de fomento midiático, social, familiar e até mesmo disciplinar, dentro da academia, e assim, demonstrar a riqueza contida na construção de conhecimento e em sua aplicação.

REFERÊNCIAS

- 1-Araújo, K.; Pena, P.G.L.; Freitas, M.; Diez-Garcia, R.W. Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho. *Revista de Nutrição*. Vol. 28. Núm. 6. 2015. p. 569-579. 2015.
- 2-Bardin, L. *Análise de Conteúdo*. São Paulo. Edições 70. 2016.
- 3-Batista, L.S.; Franco, E.P.D. O reflexo do estereótipo relacionado ao padrão corporal do nutricionista na sua atuação profissional. *Pouso Alegre*. 2021.
- 4-Brugiolo, A.S.S.; Santos, E.R.; Ribeiro, P.C.S.; Carnáuba, F.R.N. Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em estudantes universitários. *Revista Fisioterapia e Pesquisa*. Vol. 28. Núm. 4. 2021. p. 449-454.

- 5-Campos, M.F. O corpo do adolescente e sua inscrição no social. In: Almeida, F. A.; Klauss, J. (org.). *Psicologia: Teorias e práticas em pesquisa*. Guarujá: Científica digital LTDA. 2024. p. 153-171.
- 6-Canali, P.; Fin, T.C.; Hartmann, V.; Gris, C.; Alves, A.L.S. A. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 15. Núm. 93. 2021. p. 244-250.
- 7-Espíndola, B.H.S.G.; Bittencourt, L.C.; Lindolfo, M.L.; Coêlho, M.D.G.; Ferreira, G. Atitudes alimentares e insatisfação corporal em estudantes de nutrição de uma instituição particular de ensino superior, matriculados em diferentes períodos do curso. *Research, Society and Development Journal*. Vol. 10. Núm. 14. 2021. p. e248101421686.
- 8-Gama, C.O.; Gama, G.O.; Ferreira, N.V.; Lopes, A.J.; Pires, V.N.L.; Cupolillo, A.V.; Braga, J.U.; Maciel, E.M.G.S. Prevalência de insatisfação corporal entre estudantes universitários brasileiros. *Revisión sistemática y metanálisis*. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. Vol. 29. Núm. 313. 2024. p. 161-178.
- 9-Graner, K.M.; Cerqueira, A.T.A.R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. *Revista Ciência e Saúde Coletiva*. Vol. 24. Núm. 4. 2019. p. 1327-1346.
- 10-Guimarães, T.J.; Perez, A.; Dunker, K.L.L. Impacto de práticas parentais de peso e dieta na imagem corporal de adolescentes do sexo feminino. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 69. Núm. 1. 2020. p. 31-37.
- 11-Lira, A.G.; Ganen, A.P.; Lodi, A.S.; Alvarenga, M. S. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 66. Núm. 3. 2017. p. 164-171.
- 12-Lopes, L.F.S.; Coletro, H.N.; Guimarães, N.S.; Chaves, L.O.; Vidigal, F.C.; Bressan, J.; Carraro, J.C.C. Avaliação da distorção da imagem corporal e insatisfação corporal dos estudantes e profissionais de saúde. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*. Vol. 17. 2022. p. 1-16.
- 13-Lopes, M.A.M.; Lima, S.M.T.; Cruz, K.J.C.; Rodrigues, G.P.; Carvalho, C.M.R.G. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Revista Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde*. Vol. 12. Núm. 1. 2017. p. 193-206.
- 14-Lovato, C.S.; Cruz, A. Profissional nutricionista: sua percepção sobre as cobranças externas relacionadas à sua imagem corporal e estereótipos. *Revista Ideação*. Vol. 22. Núm. 1. 2020. p. 199-214.
- 15-Minayo, M.C.S. (org). *Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade*. Petrópolis. Vozes. 2002.
- 16-Oliveira, A.G.; Fonseca, I.R.; Almada, M.O.R. V.; Acosta, R.J.L.T.; Silva, M.M.; Pereira, K.B.; Nascimento, P.L.; Salomão, J.O. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. *Revista de Enfermagem UFPE On-line*. Vol. 14. 2020.
- 17-Penaforte, F.R.O.; Barroso, S.M.; Araújo, M.E.; Japur, C.C. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 67. Núm. 1. 2018. p. 18-24.
- 18-Santos, M.A.; Oliveira, V.H.; Peres, R.S.; Risk, E.N.; Leonidas, C.; Oliveira-Cardoso, E.A. Corpo, saúde e sociedade de consumo: a construção social do corpo saudável. *Revista Saúde e Sociedade*. Vol. 28. Núm. 3. 2019. p. 239-352.
- 19-Silva, M.R.; Fernandes, P.L. Presença de ortorexia nervosa em estudantes de Educação Física e Nutrição. *Colloquium Vitae*. Vol. 12. Núm. 1. 2020. p. 45-51.
- 20-Souza, S.G. Influência da mídia sobre a imagem corporal de adolescentes: uma revisão bibliográfica. *Biblioteca digital da produção intelectual discente*. Brasília-DF. 2022.

Recebido para publicação em 23/03/2025
Aceito em 25/06/2025