

INSATISFAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ACADÊMICAS DO
CURSO DE NUTRIÇÃO DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
MARINGÁ-PRGiovanna Riguetto Lonardoni¹Taís Gomes Salari²Luciana Alves da Silva³Paulo Leonardo Marotti Siciliano⁴Amanda Caroline Trassi Conteçotto⁵Stéphane Raquel Almeida Velande da Fonseca⁶

RESUMO

A imagem corporal é influenciada por fatores sociais, culturais e emocionais, podendo gerar insatisfação mesmo em indivíduos com perfil antropométrico saudável. Este estudo buscou verificar a prevalência de insatisfação corporal entre acadêmicas de Nutrição de uma universidade particular de Maringá-PR, utilizando os instrumentos *Body Shape Questionnaire* (BSQ), a Escala de Silhuetas de Stunkard e dados antropométricos. Participaram 38 alunas, com média de 22 anos, peso de 63,15 kg, estatura de 163 cm e IMC médio de 24,31 kg/m². A Escala de Silhuetas mostrou que 71,06% apresentaram insatisfação com a imagem corporal, principalmente pelo desejo de reduzir a silhueta. Já o BSQ indicou que 73,68% não apresentaram alteração significativa, enquanto 23,68% tiveram insatisfação leve e apenas 2,63% insatisfações grave. Os achados revelam que a insatisfação corporal é frequente entre futuras nutricionistas, mesmo em contextos de eutrofia. Conclui-se que o conhecimento técnico não é suficiente para prevenir a distorção da autoimagem, sendo necessárias ações no ambiente acadêmico que fortaleçam a autoestima e a relação saudável com o corpo.

Palavras-chave: Imagem corporal. Insatisfação corporal. Nutrição. Estudantes.

ABSTRACT

Body image is influenced by social, cultural, and emotional factors, and dissatisfaction may occur even among individuals with a healthy anthropometric profile. This study aimed to assess the prevalence of body dissatisfaction among female Nutrition students at a private university in Maringá-PR, using the Body Shape Questionnaire (BSQ), the Stunkard Figure Rating Scale, and anthropometric data. A total of 38 students participated, with a mean age of 22 years, mean weight of 63.15 kg, mean height of 163 cm, and a mean BMI of 24.31 kg/m². According to the Stunkard Scale, 71.06% of participants reported body dissatisfaction, mainly due to the desire to reduce their silhouette. The BSQ showed that 73.68% did not present significant dissatisfaction, while 23.68% had mild dissatisfaction and only 2.63% had severe dissatisfaction. The findings indicate that body dissatisfaction is prevalent among future nutritionists, even within a context of eutrophy. It is concluded that technical knowledge alone is not enough to prevent body image distortion. Therefore, actions within the academic environment are necessary to strengthen self-esteem and promote a healthier relationship with the body, preparing more empathetic and aware professionals.

Keywords: Body image. Body dissatisfaction. Nutrition. Academics.

¹ Discente do curso de Nutrição do UNICV. Email: riguetteg@gmail.com

² Discente do curso de Nutrição do UNICV. Email: tais.59333-2021@aluno.unicv.edu.br

³ Docente dos cursos da Saúde do UNICV. Doutora em Ciência de Alimentos pela Universidade Estadual de Maringá. Email: prof_lucianasilva@unicv.edu.br

⁴ Docente dos cursos da Saúde do UNICV. Mestre em Bioquímica. Email: prof_paulosiciliano@unicv.edu.br

⁵ Docente e coordenadora do curso de Nutrição do UNICV. Doutora em Promoção da saúde. Email:

prof_amandasilva@unicv.edu.br

⁶ Docente do curso de Nutrição do UNICV. Doutora em Promoção da saúde. Email: prof_stephane@unicv.edu.br

1. INTRODUÇÃO

Com o passar do tempo, a definição de “corpo ideal” tem sido alterada. No século passado ocorriam tempos de escassez de alimentos constantemente, logo, o “corpo roliço” da mulher era desejado, já que era visto como sinônimo de força para passar por essa época complicada. Entretanto, no decorrer da década de 1960, esse conceito foi sendo alterado. Cada vez mais pessoas buscam um corpo magro, forte e definido, influenciadas por um mercado que não para de crescer e oferece inúmeros produtos e serviços para atender esse desejo inalcançável (Bosi *et al.*, 2006).

A Imagem Corporal (IC) é fundamentada a partir das percepções, pensamentos e sentimentos do próprio indivíduo, portanto subjetiva, e multifacetada, uma construção multidimensional das impressões pessoais das medidas corpóreas que compõem o formato do corpo, e as influências sociais durante a vida (Barros, 2005). As imagens corporais atuam no processamento das informações, influenciando o indivíduo a ver o que espera e o que criou mentalmente. Não obstante, ditam o comportamento e as relações interpessoais.

O processo de construção da IC é variável, visto que, não são fixas ou estáticas, se formam por meio de um conjunto de valores e preceitos, como crenças pessoais, princípios e variáveis emocionais (Serafini *et al.*, 2014; Nunes *et al.*, 2024). Expressando assim, as interferências sociais e os hábitos criados pelo indivíduo que ditam concepções e percepções mentais. Além do mais, a IC é composta por duas vertentes, sendo a grandeza perceptiva, a qual consiste na representação mental do corpo, ou seja, a crítica ao tamanho, formas e dimensões corporais, e a grandeza atitudinal, que engloba elementos afetivos, cognitivos e comportamentais relacionados à aparência e função corporal (Souza *et al.*, 2016; Rezende *et al.*, 2022). Assim percebe-se que a IC é baseada na interrelação dos aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais do indivíduo.

Os padrões de beleza estabelecidos pela sociedade, estão presentes não somente nas revistas ou desfiles de moda, mas em todos os ambientes, como as redes sociais, com a exposição exacerbada e influenciável desses estereótipos corporais, têm gerado insatisfação, além de ressaltar os preconceitos e intolerância, pois as pessoas que estão fora destes padrões, ficam vulneráveis a comentários e insinuações negativas a respeito do seu biotipo (Gomes *et al.*, 2021). A mídia tem influência na busca pelo belo e o tipo de “corpo ideal”, ressaltando

que ser magro reflete mais saúde e felicidade, além de ser intensificadora na propagação de uma rotina saudável incompatível com a vida fora das redes sociais (Nunes *et al.*, 2024). A distorção de imagem corporal compreende a percepção deturpada do próprio corpo, podendo enxergá-lo como mais pesado ou maior do que ele realmente é, sobretudo após a comparação com padrões de modelos de beleza da mídia (Apa, 2000). A ideia de “corpo ideal” está mais ligada à sociedade do que a percepção individual, visto que, inúmeras vezes as pessoas se sentem bem com sua imagem, portanto, opiniões externas geram interferências. Logo, o indivíduo se sente inseguro, gerando uma distorção de imagem corporal (Nunes *et al.*, 2024).

A busca incansável por um corpo inatingível gera implicações na saúde, comprometendo a autoestima, humor, relações sociais e ocupacionais (Novaes *et al.*, 2024). Neste sentido, nota-se ainda uma procura acentuada de soluções rápidas, para atingir esse “padrão estético”, como dietas inadequadas ou equivocadas, bem como, procedimentos estéticos e cirurgias plásticas, acarretando em problemas físicos e mentais. A distorção de imagem, tem gerado um acréscimo de casos de transtornos mentais (TA), como anorexia e bulimia (Secchi *et al.*, 2009). Ressalta-se, ainda, o risco de se fazer uso de práticas prejudiciais à saúde, como o uso de substâncias anorexígenas e esteroides anabólicos e o abuso de laxantes, entre outros medicamentos (Fortes *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2019).

Além de que, a distorção da IC apresenta um acréscimo significativo em mulheres, as quais são o grupo com mais probabilidade, riscos e maior pressão social relacionada a sua imagem. Conforme estudos realizados com trabalhadoras de uma Universidade Pública da Bahia em 2014, mulheres com faixa-etária entre 50-59 anos têm uma visão mais aprimorada de sua IC, contraposto às mulheres com faixa-etária entre 60-69 anos. É importante dizer que as mulheres jovens são o grupo que conta com mais casos de distorção de IC para peso menor (Novaes *et al.*, 2024).

Acadêmicos do curso de Nutrição são um público suscetível a desenvolver transtornos de IC e/ou alimentares, pois são pressionados pela sociedade e meio de trabalho, como futuros profissionais, para apresentarem uma saúde blindada, o “corpo perfeito” e uma alimentação ideal (Souza *et al.*, 2016). O TA é desencadeado por inúmeras razões que se associam, sendo estes: fatores predisponentes, precipitantes e mantenedores. Para a saúde, esses fatores são prejudiciais, já que auxiliam no desenvolvimento da obesidade, desnutrição, compulsão alimentar, purgação, alterações neuroendócrinas, alterações dos níveis de leptina, entre outros riscos (Christina *et. al*; 2002).

Um estudo realizado com acadêmicos do curso de Nutrição em uma Universidade particular de Fortaleza, constatou que, muitos almejam possuir um peso abaixo da atual e

maior estatura, mesmo estando saudáveis. Ademais, foi observado que, o nível de desagrado com a IC aumentava a cada ano cursado, sendo 49,6% nos dois primeiros anos e 59,7% nos dois últimos anos (Bandeira *et al.*, 2016).

Outro estudo, concluiu que os acadêmicos do curso de Nutrição são os mais propícios a desenvolverem Ortorexia Nervosa (ON), patologia caracterizada pela preocupação nociva com a comida, como seu valor calórico, causando restrições alimentares severas (Penaforte *et al.*, 2018). A análise das autoimagens entre os acadêmicos do curso é necessária, uma vez que, os estudantes estão se preparando para ser profissionais de saúde, os quais atuaram no manejo dos quadros de desnutrição, sobrepeso e obesidade, bem como, nos quadros de transtornos de comportamento alimentar. Esses futuros profissionais serão de suma importância no cuidado da promoção, prevenção da saúde e da alimentação, inspirando-os em seus hábitos alimentares e na prática de um estilo de vida mais saudável (Cynthia *et al.*, 2010).

Diante disso, a relevância do estudo se perpassa em verificar os comportamentos relacionados à autoimagem corporal dos futuros profissionais de nutrição que mesmo tendo conhecimento técnico nesse assunto, podem apresentar dificuldade de entenderem e diagnosticarem os pacientes, ofuscado pela própria distorção da autoimagem do profissional.

Portanto, o embasamento deste estudo se fundamentará em uma pesquisa interna a partir de instrumentos validados, utilizando dos questionários *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e a Escala de Silhuetas de *Stunkard*, ambos aplicados de forma presencial entre os acadêmicos de Nutrição de uma Universidade Particular de Maringá, a fim de auxiliar na conclusão do presente estudo. Aliás, os resultados podem contribuir para a elaboração de políticas públicas e ações de conscientização sobre o tema, acarretando no declínio de casos com distorção de imagem e aumento da saúde de acadêmicas de Nutrição. O objetivo do presente estudo foi verificar a prevalência de insatisfação corporal em acadêmicas de Nutrição de um Centro Universitário de Maringá-PR, por meio de indicadores antropométricos e instrumentos validados.

2. METODOLOGIA

O estudo apresenta uma abordagem quantitativa, com delineamento transversal. A pesquisa foi realizada em um Centro Universitário de Maringá (Pr). A coleta de dados foi realizada entre abril e maio de 2025.

A amostra foi composta por 38 discentes, devidamente matriculadas no curso de

Nutrição, do sexo feminino, com faixa etária entre 18 e 49 anos, cursando do primeiro ao oitavo semestre do curso, as quais aceitaram participar da pesquisa e posteriormente assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os critérios de inclusão da presente pesquisa foram: ser acadêmica do sexo feminino do curso de Nutrição do Centro Universitário Cidade Verde, estar entre a faixa-etária de 18 a 49 anos e estar de acordo em ser voluntária da pesquisa, assinando o TCLE. Já os critérios de exclusão foram: acadêmicos do sexo masculino, acadêmicos que não pertencem a instituição, ou ainda aquelas que não aceitaram assinar o TCLE.

Assim, aquelas que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa receberam um material de avaliação contendo: anamnese com informações gerais (massa corporal, estatura, data de nascimento, sexo e período do curso), o questionário *Body Shape Questionnaire, BSQ* (Cooper et al., 1987) em sua versão para o português (Cordás, Castilho, 1994), utilizado para avaliar o grau de insatisfação com a imagem corporal. O resultado é obtido pela pontuação atingida no questionário sendo ela: nenhuma: menor ou igual a 80; leve: entre 81 e 110; moderada: entre 111 e 140; grave: maior ou igual a 140; e a Escala de Silhuetas de *Stunkard* projetada por *Stunkard* em 1983 com o intuito de medir a insatisfação corporal por meio de nove imagens que retratam pessoas magras e obesas (Rodrigues *et al.*, 2022).

As participantes foram avaliadas com relação a composição corporal no tocante ao peso corporal e altura, e posteriormente o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC). O peso foi aferido com o indivíduo descalço, usando as roupas que vestia no momento da avaliação. A acadêmica foi posicionada no centro do equipamento, ereta, com os pés juntos e os braços estendidos ao longo do corpo, utilizando-se balança digital *G-Tech* com capacidade máxima de até 200Kg e divisão de 50g (Bandeira *et al.*, 2016). A altura foi medida com a acadêmica ainda descalça e com a cabeça livre de adereços, no centro do equipamento, no qual ela foi mantida de pé, ereta, com a cabeça erguida e braços estendidos ao longo do corpo, com Estadiômetro de parede fixo *Balmak* com faixa de medição de 0 até 220 cm, resolução em milímetros, graduação: 1 mm e tolerância: + / 5mm em 220 cm (Bandeira et al., 2016). Ambos os procedimentos foram feitos no Laboratório de Avaliação Nutricional do Centro Universitário da UNICV. As acadêmicas também foram questionadas com relação ao peso e à altura por elas almejados. A partir dessas variáveis antropométricas, foi calculado o IMC, sendo considerada a relação entre peso e altura do indivíduo elevada à segunda potência, de acordo com a classificação da Organização Mundial da Saúde (OMS). A classificação primária do estado nutricional (EN) foi realizada a partir dos pontos de corte do IMC,

estabelecidos pela OMS < 18,5kg/m², baixo IMC; entre 18,5 e 24,9kg/m², eutrofico; IMC; entre 24,9 e 29,9: kg/m², sobrepeso; > 30 kg/m², obesidade.

A análise e tabulação dos dados foram realizadas no programa *Excel*, versão 10.0. Inicialmente foi realizada uma análise descritiva das variáveis, sendo as numéricas descritas em médias, e as categóricas, em frequências simples e percentuais.

A pesquisa foi realizada de acordo com a Resolução nº 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, após ser aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Cidade Verde, sob parecer nº 7.552.842/2025.

3. RESULTADOS

Participaram da pesquisa 38 acadêmicas do curso de nutrição do centro universitário de Maringá-PR. A tabela 1, apresenta uma análise descritiva das médias das variáveis pessoais: idade, medidas antropométricas e composição corporal. A idade média das participantes foi de 22 anos, com uma faixa etária entre 18 a 49 anos. Com relação às características antropométricas, as participantes apresentaram uma média de peso de 63,15kg, com média de estatura de 163cm e por fim, o IMC médio de 24,47kg/m².

No tocante aos valores de circunferência da cintura, as participantes apresentaram uma média de 75,5cm. Posteriormente, foram calculados os índices de Relação Circunferência de Cintura e Quadril e Relação de Circunferência de Cintura e Estatura, cujo os valores médios foram de 0,73 e 0,46, respectivamente (Tabela 1).

Tabela 1. Características pessoais e antropométricas das acadêmicas de Nutrição – Maringá-PR, 2025

	Mínima	Média	Máxima
Idade	18	22	49
Peso	38,4kg	63,15kg	91,5kg
Altura	153 cm	163 cm	177 cm
IMC	17,77kg/m ²	24,31kg/m ²	33,56kg/m ²
CC	56	75,5	93
RCQ	0,63	0,73	0,91
RCE	0,35	0,46	0,57

IMC: Índice de massa corporal; CC: Circunferência da cintura; RCE: Relação cintura-estatura; RCQ: Relação cintura-quadril; %: Frequência relativa; n: Frequência absoluta.

Fonte: autoras.

A tabela 2, apresenta os valores do IMC, com a classificação do Estado Nutricional. Constatou-se que 5,23% apresentaram Baixo peso, 47,37% Eutrofia, 34,21% Sobrepeso e 13,16% Obesidade.

Tabela 2. Estado nutricional segundo valores do IMC das acadêmicas do curso de Nutrição – Maringá-PR, 2025

IMC (kg/m ²)	Nº	%
Baixo peso	2	5,23
Eutrofia	18	47,37
Sobrepeso	13	34,21
Obesidade	5	13,16
Total	38	100

Fonte: autoras.

Os resultados das respostas da Escala de silhuetas *Stunkard* estão demonstrados na tabela 3. Evidenciou-se que, 71,04% das acadêmicas do curso de nutrição se mostraram insatisfeitas com a Imagem Corporal (IC). Sendo que, 57,89% das participantes apresentaram Insatisfação negativa, ou seja, apresentaram desejo em obter uma silhueta menor que a atual. Com relação a Insatisfação positiva, observou-se que 13,15% das participantes apresentaram o desejo por uma silhueta maior que a atual.

Entre as imagens corporais presentes na Escala de silhuetas de *Stunkard*, a figura mais escolhida pelas participantes para representar a silhueta atual, foi a número 4 (39,47%) seguida pela figura de número 2 (26,31%). No tocante a figura representativa do corpo ideal, a silhueta mais selecionada foi a número 3 (39,47%), seguida pela silhueta número 2 (31,57%) (tabela 3).

Tabela 3. Insatisfação com a imagem corporal segundo a Escala de silhuetas de Stunkard, de estudantes de Nutrição – Maringá-PR, 2025

	Nº	%
Insatisfação negativa	22	57,89
Insatisfação positiva	5	13,15
Corpo mais atual	4	39,47
Corpo mais desejado	3	31,57

Fonte: autoras.

Ainda, as acadêmicas foram questionadas sobre a IC com relação ao seu peso atual (Tabela 4). Percebeu-se que dentre as acadêmicas 13,15% gostariam de ganhar peso, 28,94% demonstraram satisfação com seu peso. Em relação a perda de peso, 57,89% gostariam de perder peso, dentre as quais, 52,63% gostariam de perder até 2 kg e 5,26% gostariam de perder mais de 2 kg..

Tabela 4. Satisfação e Insatisfação com o peso de acadêmicas do curso de Nutrição – Maringá-PR

Insatisfação com o peso	Nº	%
-------------------------	----	---

Querem ganhar peso	5	13,15
Satisfeita	11	28,94
Querem perder até 2 kg	20	52,63
Querem perder mais de 2 kg	2	5,26
Total	38	100
Fonte: autoras.		

Com relação ao instrumento BSQ, o qual avalia a preocupação com a forma do corpo, observou-se que a média de pontuação do BSQ entre as acadêmicas de nutrição foi 74,5 pontos, média correspondente a classificação de nenhuma IC, sendo o escore mínimo 35 pontos, e o máximo, 179 pontos. Na tabela 5, é possível verificar a classificação final por níveis de preocupação com a IC, ficando evidenciado que 28 acadêmicas (73,68%) não apresentavam alteração da Autoimagem Corporal, nove acadêmicas (23,68%) apresentaram uma leve Distorção de Imagem Corporal e somente uma acadêmica (2,63%) apresentou Distorção Grave.

Tabela 5. Classificação das acadêmicas de nutrição segundo os escores do BSQ – Maringá-PR		
	Nº	%
Nenhuma insatisfação (≤ 110)	28	73,68
Insatisfação leve (>110 e ≤ 138)	9	23,68
Insatisfação moderada (>138 e ≤ 167)	0	0
Insatisfação grave (>167)	1	2,63
Total	38	100
Fonte: autoras.		

A análise da relação da faixa etária com os dados da Insatisfação com a Imagem Corporal do BSQ, estão expostos na tabela 6. Observou-se que 81,57% encontravam-se na faixa entre 18 a 28 anos, dentre elas 57,89% não apresentaram nenhum nível de insatisfação, 21,05% apresentaram uma insatisfação leve e 2,63% apresentaram uma grave Insatisfação com a Imagem Corporal. A faixa entre 29 a 39 anos, foi composto por 7,89% das acadêmicas, sendo que nenhuma apresentou algum nível de Insatisfação. A faixa entre 40 a 49 anos foi composta por 10,52% das acadêmicas, dentre as quais, 7,89% não apresentaram nenhum nível de Insatisfação e 2,63% apresentaram uma leve Insatisfação Corporal.

Tabela 6. Relação da faixa etária com a Insatisfação da Imagem Corporal, pelo BSQ, de universitárias do curso de Nutrição – Maringá-PR

	BSQ				
	Total		Normal	Leve	Moderada/Grave
Idade	N	%	%	%	%
18 a 28	31	81,57	57,89	21,05	2,63
29 a 39	3	7,89	7,89	0	0
40 a 49	4	10,52	7,89	2,63	0
Total	38	100	73,68	23,68	2,63

Fonte: autoras.

Por fim, os resultados do BSQ foram estratificados de acordo com o período/semestre do curso (tabela 7). Pode-se observar que todos os períodos apresentaram a mesma média percentual de acadêmicas com Insatisfação com a Imagem Corporal. No 1° e 2° período, (1° ano) 23,68% das acadêmicas, das quais 18,42% não apresentam insatisfação e 5,26% uma Insatisfação Leve.

Já o 3° e 4° período (2° ano) foi composto por 23,68% das acadêmicas, dentre as quais, 18,42% não apresentam Insatisfação e 5,26% apresentam uma Insatisfação leve. O 5° e 6° período (3° ano) foi representado pelo maior número de acadêmicas, 34,21% das acadêmicas, das quais 23,68% não apresentaram Insatisfação, 7,89% apresentaram uma Insatisfação leve e 2,63% apresentaram um grave nível de Insatisfação.

Enfim, o 7° e 8° período (4° ano) foi composto por 18,42% das acadêmicas, dentre as quais, 13,15% não apresentaram Insatisfação e 5,26% apresentaram um leve nível de Insatisfação Corporal.

Tabela 7. Relação do período/semestre do curso nutrição com Insatisfação da Imagem Corporal, pelo BSQ, Maringá-PR

Período	BSQ							
	Total		Normal		Leve		Moderada/Grave	
	N	%	N	%	N	%	N	%
1-2	9	23,68	7	18,42	2	5,26	0	0
3-4	9	23,68	7	18,42	2	5,26	0	0
5-6	13	34,21	9	23,68	3	7,89	1	2,63
7-8	7	18,42	5	13,15	2	5,26	0	0
Total	38	100	28	73,68	9	23,68	1	2,63

Fonte: autoras.

4. DISCUSSÃO

Os principais achados deste estudo evidenciaram elevada prevalência de insatisfação corporal entre as acadêmicas de Nutrição avaliadas, que atende diretamente ao objetivo proposto de verificar essa prevalência por meio de indicadores antropométricos e instrumentos validados. Observou-se que a insatisfação foi mais expressiva quando analisada pela Escala de Silhuetas de Stunkard, em comparação ao BSQ, sugerindo diferenças na forma de mensuração da percepção corporal, reforçando a importância da utilização de múltiplos instrumentos para uma avaliação mais abrangente da imagem corporal.

O critério utilizado para inclusão exclusiva de mulheres justifica-se pela maior

prevalência desse sexo no curso e também pela maior vulnerabilidade à insatisfação com a imagem corporal descrita na literatura. Esse achado também dialoga com o objetivo do estudo, uma vez que evidencia que o público investigado apresenta características de maior risco para distorção da imagem corporal, conforme demonstrado em estudos recentes que apontam maior pressão estética e social nesse grupo (Novaes *et al.*, 2024; Souza *et al.*, 2016).

Além disso, a média de idade de 22 anos encontrada no presente estudo se assemelha com o estudo de Santos *et al.* (2020), que investigaram mulheres com média de 21,8 anos (18 a 29 anos), e diverge ligeiramente de Bandeira *et al.* (2016), que investigaram um grupo mais heterogêneo, com média de 25,45 anos (17 a 51 anos). Essa faixa etária predominante, composta por mulheres jovens, também está associada a maior vulnerabilidade à insatisfação corporal, conforme evidenciado em estudos recentes (Nunes *et al.*, 2024).

Os resultados apontam que as acadêmicas apresentaram uma média de peso de 63,15kg (38,4kg a 91,5kg) e uma média de estatura de 163cm (153 cm a 177 cm), aproximando-se ao estudo de Bandeira *et al.* (2016) em que a média de peso foi de 59,1kg e média de altura de 161cm, indicando um perfil antropométrico semelhante ao observado na literatura.

Ainda no presente estudo o IMC médio foi de 24,31kg/m², classificado ainda como Eutrófico. Observou-se que, 47,37% das acadêmicas estavam eutróficas, 47,37% com excesso de peso (34,21% com sobrepeso e 13,16% obesas) e 5,23% com baixo peso. Bandeira *et al.* (2016) relataram um perfil semelhante em acadêmicas de nutrição com idade média de 24 anos (17 a 51 anos), sendo 50,3% eutróficas e 39,7% com excesso de peso (29,4% com sobrepeso e 10,3% obesas). Entretanto, Alvarenga *et al.* (2010) encontraram valores superiores, 70,6% das acadêmicas do curso da área de saúde apresentaram Eutrofia. Similarmente, Bensberg *et al.* (2025) também observaram que estudantes da área da saúde, apresentaram uma elevada insatisfação corporal mesmo entre indivíduos eutróficos. Esses achados podem indicar que o conhecimento técnico não garante a manutenção do peso corporal estável, reforçando o achado central deste estudo de que indicadores antropométricos não são suficientes para explicar a percepção da imagem corporal (Bandeira *et al.*, 2016; Garcia *et al.*, 2010), o que vai ao encontro do objetivo do estudo ao demonstrar que a prevalência de insatisfação corporal não está diretamente relacionada ao estado nutricional das participantes.

No tocante aos valores de circunferências encontrados, notou-se que as acadêmicas apresentaram uma média de 75,5cm de CC, com média de 0,46 de RCE e média de 0,73 de RCQ. Observou-se que 100% apresentaram RCQ inferior a 0,85, indicando baixo risco

cardiometabólico, segundo a OMS (Who, 2008). Resultados semelhantes foram descritos por Garcia et al. (2010), que encontraram 88,6% com CC adequada e 96,4% com RCQ normal das acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. Apesar desse perfil considerado saudável, os resultados do presente estudo demonstraram elevada prevalência de insatisfação corporal, reforçando a dissociação entre saúde física e percepção corporal, contribuindo diretamente para a compreensão do fenômeno investigado no objetivo deste estudo.

Por outro lado, Fortes et al. (2013) identificaram valores mais alarmantes, com 28% das mulheres acima do ponto de corte da CC, apontando que essa porcentagem varia de acordo com diferenças regionais, hábitos alimentares e grau de atividade física. Ademais, tais valores achados no atual estudo, indicam um perfil saudável na perspectiva antropométrica, porém pesquisas mostram que mulheres podem ter uma percepção corporal distorcida mesmo estando com um “perfil saudável” (Rezende *et al.*, 2022).

No que se refere à Imagem Corporal, 71,06% das acadêmicas apresentaram insatisfação segundo a Escala de Silhuetas de Stunkard, em que, 57,89% das acadêmicas apresentaram o desejo de reduzir a silhueta e 13,15% o desejo de aumentar o peso, evidenciando alta prevalência de distorção perceptiva corporal no grupo estudado, resultado que confirma empiricamente o objetivo proposto ao identificar elevada frequência de insatisfação corporal entre acadêmicas de Nutrição.

Bandeira et al. (2016) observaram maior prevalência de não Insatisfação com a Imagem Corporal (53%) em 300 acadêmicas de nutrição com idade média de 24 anos (17 a 51 anos) e média de e IMC de 22,90 kg/m², mostrando que o padrão de insatisfação pode variar conforme a idade e IMC. Alvarenga et al. (2010), em estudo com acadêmicas brasileiras de cursos da área da saúde, evidenciaram valores superiores a 60% de Insatisfação de Imagem Corporal, corroborando os achados do presente estudo.

A aplicação do BSQ indicou que 73,68% das acadêmicas não apresentavam insatisfação segundo a pontuação de corte. Sobre a insatisfação, um total de 23,68% apresentou Insatisfação leve, e apenas 2,63% Insatisfação grave. Ao contrário do estudo, Souza et al. (2016), observou uma prevalência de IC entre 61,2% a 79,1% em acadêmicos da região Sul do Brasil. Penaforte et al. (2018), encontraram 26,1% de Insatisfação leve e apenas 1,7% grave em acadêmicas de nutrição, os resultados do presente estudo demonstraram menor prevalência de insatisfação corporal quando avaliada pelo BSQ. Essa diferença pode estar relacionada às características específicas da amostra, bem como a variações metodológicas entre os estudos, incluindo o uso de diferentes instrumentos e critérios de classificação, o que limita comparações diretas entre os achados.

Mas, vale reforçar que, qualquer medida de IC, até em indivíduos eutróficos, ressalta o impacto dos fatores socioculturais e midiáticos na construção da autoimagem (Nunes *et al.*, 2024). Além disso, salienta-se que mulheres em idade jovem adulta, sofrem com grande pressão estética e alta influência midiática, fazendo com que as mesmas sejam mais propícias à distorção de imagem corporal, especialmente no contexto atual de intensificação do uso de redes sociais, apontado por estudos recentes como fator determinante para insatisfação corporal (Santos *et al.*, 2023; Nunes *et al.*, 2024).

Outro ponto importante foi que 52,63% das acadêmicas relataram o desejo de perder até 2kg e 13,15% desejavam ganhar peso, demonstrando que a Insatisfação Corporal e a ideia de um “corpo perfeito” refletem esse desejo constante pela mudança de peso. Garcia et al. (2010) observaram fenômenos semelhantes em acadêmicas de nutrição que, mesmo em estado de eutrofia, apresentam alto desejo pelo emagrecimento, reforçando a influência de padrões estéticos internalizados sobre o comportamento alimentar. Esse comportamento também tem sido associado, na literatura recente, a padrões alimentares inadequados e maior risco de desenvolvimento de transtornos alimentares (Ainembabazi *et al.*, 2025; Paim *et al.*, 2025).

Ainda, foi observado que, ocorreu um nível maior de Insatisfação Corporal nas acadêmicas na Escala de Stunkard, quando comparada ao BSQ. Nota-se que, enquanto o BSQ investiga preocupações subjetivas, pensamentos e sentimentos sobre o corpo, a Escala de Silhuetas de Stunkard evidencia visualmente a discrepância entre o corpo percebido e o ideal, geralmente mostrando uma Insatisfação mais aguda (Dutra *et al.*, 2025). Esse achado reforça a complexidade da imagem corporal como um constructo multidimensional e evidencia que a percepção corporal pode ser mais crítica quando avaliada de forma visual.

Pode-se entender com os resultados deste estudo que a Insatisfação Corporal não está diretamente relacionada com critérios de medidas de saúde, como IMC e circunferências, mas sim com padrões sociais e comparações internas e externas, confirmando o objetivo do estudo e evidenciando a complexidade da relação entre percepção corporal e indicadores de saúde. Além disso, evidências recentes apontam que a insatisfação corporal está associada a desfechos negativos em saúde mental e comportamento alimentar, reforçando a relevância clínica e acadêmica do tema (Paim *et al.*, 2025).

5. CONCLUSÃO

Em suma, atendendo ao objetivo deste estudo de verificar a prevalência de insatisfação corporal em acadêmicas de Nutrição, evidenciou-se, a partir dos instrumentos

BSQ e da Escala de Silhuetas de Stunkard, que a insatisfação corporal é uma realidade presente, mesmo entre futuras profissionais da área, demonstrando que o conhecimento técnico, por si só, não garante uma relação positiva com a própria imagem corporal. Questões emocionais, sociais e culturais exercem grande influência e precisam ser reconhecidas e abordadas para que o cuidado com a saúde seja holístico e acolhedor.

Portanto, é essencial que o ambiente acadêmico promova o desenvolvimento de uma visão mais positiva e crítica sobre o corpo, oferecendo apoio e valorizando a autoestima. Assim, além de fortalecer o bem-estar das acadêmicas, formam-se também profissionais mais conscientes e preparadas para orientar seus futuros pacientes com sensibilidade.

REFERÊNCIAS

AINEMBABAZI, B.; NABUBUYA, A.; MUKISA, I. M. Body Image Perception, Eating Habits, and Nutritional Status of Female University Students: A Case of Makerere University, Uganda. **Journal of Nutrition and Metabolism**, v. 2025, n. 1, p. 7059171, 2025.

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

ALVES, D. et al. Cultura e imagem corporal. **Motricidade, Vila Real**, v. 5, n. 1, p. 1-20, 2009.

BANDEIRA, Y. E. R. et al. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 65, n. 2, p. 168-173, 2016.

BARROS, Daniela Dias. Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 12, p. 547-554, 2005.

BOSI, M. L. M. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, 2006.

BENSBERG, G. C.; MORO, A. C. L.; PINHEIRO, D. F. Body image dissatisfaction in brazilian nutrition students: A cross-sectional study. **L'Encéphale**, 2025.

DI PIETRO, M. et al. Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 21-24, 2009.

DUTRA, R. P. et al. Associação entre a prática de exercícios físicos relacionados ao fitness e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de Curitiba (PR), Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 43, e2023221, 2025.

NUNES, L. E. A. et al. A influência das redes sociais na distorção da imagem corporal.

Revista Interdisciplinar em Saúde, Cajazeiras, v. 11, p. 2-18, 2024.

PAIM, L. D.; OLINTO, M. T. A.; GARCEZ, A. Association of body image perception/(Dis) satisfaction and symptoms of eating disorders in University Students of Health Sciences. **Perceptual and Motor Skills**, v. 132, n. 3, p. 492-516, 2025.

PENAFORTE, F. R. O. et al. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 67, n. 1, p. 18-24, 2018.

PITANGA, et al. Associação entre indicadores antropométricos de obesidade e risco coronariano em adultos na cidade de Salvador, Bahia, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, 2005.

REZENDE, L. A. et al. Fatores associados à satisfação e distorção da imagem corporal em crianças de 7 a 10 anos de idade. **Journal of Physical Education**, 2022.

RODRIGUES, et al. Limitações de métodos quantitativos para acessar a experiência corpórea humana: o Body Shape Questionnaire e a Escala de Silhuetas de Stunkard. **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v. 25, e70576, 2022.

MELLER, Fernanda de Oliveira, et al. Associação entre circunferência da cintura e índice de massa corporal de mulheres brasileiras: PNDS 2006. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 75-81, 2014.

SANTOS, B. S.; FERNANDES, N. D. V.; MASQUIO, D. C. L.. Redes sociais e insatisfação com a imagem corporal em estudantes da área da saúde. **O Mundo da Saúde**, v. 47, 2023.

SANTOS, M. M. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. **Universidade de Fortaleza, Departamento de Nutrição**, 2020.

SILVA, N. G. et al. Aspectos psicossociais relacionados à imagem corporal de pessoas com excesso de peso. **Revista Subjetividades**, Fortaleza, v. 19, n. 1, e8030, 2019.

SOUZA, A. C. et al. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation, Geneva, 8–11 December 2008. **Geneva: World Health Organization**, 2011.