

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO  
NÚCLEO DE SAÚDE  
CURSO DE NUTRIÇÃO

JOSEFA ESTER DA SILVA  
LUCIANA MARIA GAMA DA SILVA  
WAGNER FRANCISCO DE MORAES

**RELAÇÃO ENTRE O ESTADO NUTRICIONAL E A  
DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM  
ADOLESCENTES**

RECIFE - PE  
DEZEMBRO / 2021

JOSEFA ESTER DA SILVA  
LUCIANA MARIA GAMA DA SILVA  
WAGNER FRANCISCO DE MORAES

**RELAÇÃO ENTRE O ESTADO NUTRICIONAL E A  
DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM  
ADOLESCENTES**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro –  
UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de  
Bacharel em Nutrição

Professor Orientador: Prof. Me. Emerson Rogério Costa  
Santiago

RECIFE

2021

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586r Silva, Josefa Ester da  
Relação entre o estado nutricional e a distorção da imagem corporal em adolescentes. / Josefa Ester da Silva, Luciana Maria Gama da Silva, Wagner Francisco de Moraes. - Recife: O Autor, 2021.

29 p.

Orientador(a): Me. Emerson Rogério Costa Santiago.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Nutrição, 2021.

Inclui Referências.

1. Insatisfação corporal. 2. Estado nutricional. 3. Mídia. 5. Audiovisual. 6. Adolescente. I. Silva, Luciana Maria Gama da. II. Moraes, Wagner Francisco de. III. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 612.39

Dedicamos esse trabalho a Deus e a nossos familiares, pois sem ajuda deles nada disso poderia acontecer.

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, pelo dom da vida, por nos dar discernimento e capacidade de sempre buscarmos nos capacitar na profissão que escolhemos.

A nossos familiares pelo apoio e incentivo financeiro para chegarmos ao final do nosso curso. Gostaríamos de agradecer também a todos os professores que fizeram parte da nossa trajetória curricular, bem como aos preceptores por dividir seus conhecimentos conosco, reconhecendo sua ajuda e dedicação em transmitir o conhecimento.

Um agradecimento especial ao nosso Orientador Professor Emerson Santiago, que entrou em nossa vida no terceiro período e marcou de tal maneira que o consideramos não apenas como professor, mas como grande amigo.

Nosso reconhecimento e gratidão por toda atenção e cuidado.

Que Deus abençoe e todos!

*“A consciência nos dá o poder da  
escolha, e a escolha nos dá liberdade”*

(Jan Chosen Bays)

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>8</b>
<b>2. REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Adolescência</b>	<b>9</b>
<b>2.2 Mídia</b>	<b>11</b>
<b>2.3 Atividade física</b>	<b>11</b>
<b>2.4 Transtornos alimentares</b>	<b>12</b>
<b>2.5 Alimentação adequada</b>	<b>16</b>
<b>3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO</b>	<b>18</b>
<b>4. RESULTADO E DISCURSÃO</b>	<b>19</b>
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>27</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>28</b>

## RELAÇÃO ENTRE O ESTADO NUTRICIONAL E A DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES

Josefa Ester da Silva

Luciana Maria Gama da Silva

Wagner Francisco de Moraes

Emerson Rogério Costa Santiago<sup>1</sup>

**Resumo:** A adolescência é um período de maior desenvolvimento do ser humano, que engloba questões físicas, psicológicas, sociais, culturais e familiares. Sendo importante avaliar a relação entre transtornos alimentares e as complicações com o estado nutricional no adolescente. O presente estudo teve como objetivo observar a relação entre a insatisfação da imagem corporal e as características do estado nutricional, a partir da influência da mídia no cotidiano de jovens adolescentes. Trata-se de um estudo de revisão integrativa, a partir de levantamento bibliográfico nas bases de dados Pubmed, Scielo e Lilacs, com limite de ano de publicação 2015 a 2021. Nas buscas foram encontrados 34 artigos, dos quais foram selecionados sete (7) para compor a presente revisão. Os estudos comprovaram a influência da mídia nos transtornos alimentares em adolescentes, como também a necessidade de se verem em um corpo perfeito, sendo observado ainda o crescente número de adolescentes nessa condição.

**Palavras-chave:** Insatisfação corporal. Estado nutricional. Mídia. Audiovisual. Adolescente.

<sup>1</sup> Emerson Costa Santiago. Mestre. E-mail: emersoncostasantiago@gmail.com



## 1. INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase de amadurecimento, considerado um período de transição no desenvolvimento físico e psicológico, em que o ser humano deixa de ser criança e entra na idade adulta. O objetivo cultural da adolescência é preparar a pessoa para assumir o papel de adulto. Essa etapa marca exatamente a transição da infância para a idade adulta, segundo a Organização Mundial de Saúde, a adolescência começa aos 10 e termina aos 20 anos (PETROSKE, 2009).

Durante esse período, o corpo muda e a mente também, como é tudo ao mesmo tempo é normal acontecer conflitos internos e externos. O período de indefinição entre criança e adultos acarreta alguns enfrentamentos psicológicos, como a perda da proteção dos pais, a necessidade de desenvolvimento da autonomia e a construção de uma identidade, inclusive a sexual tudo isso acarreta em novas emoções, percepções e reflexões. (SILVA, 2014).

Durante a adolescência, as transformações biológicas e de personalidade acontecem simultaneamente desta forma, assim como o corpo, a imagem corporal se modifica, logo se imagina o corpo ideal que é diferente do real. Devido a influências sociais, socioculturais e da mídia, é comum que adolescentes distorçam a percepção corporal. O alto padrão estético que a sociedade e a mídia mostram, acaba afetando distúrbios de autoimagem causando transtornos alimentares e assumem um viés de distorção da imagem corporal, causando tanto anorexia quanto bulimia, por exemplo, acarretando preocupação excessiva com o peso e a forma física (MOHAN, 2013).

De acordo com Queiroga (2018), o acompanhamento da rotina dos adolescentes deve incluir avaliação da velocidade de crescimento e da maturação sexual, adicionado da obtenção das medidas antropométricas para avaliação do estado nutricional. Com o aumento das necessidades proteicas, calóricas e dos principais nutrientes durante o estirão puberal no adolescente, é importante considerar ainda os extras recomendados para o crescimento como o nível de atividades física e as diversas atividades realizadas, de acordo com o estilo de vida e rotina de cada um, tendo em vista que durante a adolescência que se inicia a prevenção das principais situações de risco nutricional: desnutrição crônica, anorexia, bulimia, anemia, osteopenia, obesidade, aterosclerose, gravidez e lactação (QUEIROGA, 2018).

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Adolescência

Até o século 19, a sociedade não concebia a ideia de uma fase transitória, da criança para adolescência. Naquela época o indivíduo deixava de ser criança entre 10 e 14 anos e passava para a vida adulta de um dia para o outro, começavam a imitar o jeito de vestir e falar dos adultos e assim adquirir as mesmas obrigações e gostos (ALBERT, 2010).

O termo “adolescente” foi criado em 1898 pelo pesquisador Granville Stanley, entretanto, o termo só veio criar força após a segunda guerra, quando nasceu o *Rock “n” Roll* e a revolução cultural que afetou somente os mais jovens. (SAVAGEM 2009).

Atualmente a adolescência é uma fase de amadurecimento, onde o ser humano deixa de ser criança e tem início a sua fase adulta, é um período que afeta o relacionamento com os pais e algumas pessoas ao redor. Para Freud, a grande tarefa da adolescência está relacionada ao processo de desligamento da autoridade dos pais, implicando em uma tensão entre as diferentes gerações. Na infância a criança acreditava que os pais poderiam salvá-la de todos os perigos do mundo, ao crescerem vão se deparando com a realidade e compreendendo os pais como seres tão falhos e faltantes quanto eles mesmos (FREUD, 2010).

O processo costuma ser desafiador tanto para os adolescentes como para os pais, pois envolve o desencantamento da imagem destes por parte do filho como forma de minimizar a sensação de perda das ilusões infantis. Conseqüentemente há um inevitável afastamento das figuras parentais, e o adolescente se depara com isso de um modo brusco (ALBERT, 2010).

“Freud, em seu texto “Algumas Reflexões sobre a Psicologia Escolar (1914)”, relata que o jovem começa a vislumbrar o mundo exterior e descobre que o pai não é o mais rico, o mais poderoso e o mais sábio dos seres, causando uma insatisfação que leva esse jovem a criticá-lo e a pagar o preço por frustrá-lo, gerando um desligamento das figuras parentais” (FREUD, 2010 p.22).

A adolescência é frequentemente associada a um período do desenvolvimento humano marcado por transformações com misturas de inquietudes, sofrimento, transformações, alterações fisiológicas e a criação da

própria identidade. Para a Organização Mundial de Saúde (OMS) esta fase é compreendida por tempo cronológico de 10 a 19 anos de idade, sendo dividida em duas fases: de 10 a 14 anos e de 15 a 19. A fase de 10 a 14 anos é caracterizada por um período de elevada demanda nutricional já que é nesta fase que se iniciam as mudanças puberais (SAVAGEM, 2009).

Com o olhar da saúde pública, as crianças e adolescentes que se mostrem saudáveis podem e devem participar de atividades físicas de baixa e moderada intensidade, como também de lazer, sem a obrigação de uma avaliação física formal. É importante que algumas condições básicas de saúde, como uma alimentação equilibrada e saudável façam parte dos hábitos cotidianos do adolescente e que essas sejam obrigatoriamente aplicadas e acompanhadas por um profissional nutricionista (PETROSKE, 2009).

É recomendado que o adolescente realize um rastreamento anual de saúde para a determinação de fatores de risco para doenças crônicas e agudas, com triagem para risco nutricional. O rastreamento para nutrição deve incluir peso, altura e índice de massa corporal (IMC), para determinar o estado do peso, detecção de hábitos alimentares de risco potencial, como restrição ou aumento de calorias, vegetarianismo e lidar com alergias alimentares. Peso, altura e IMC devem ser colocados em gráficos, utilizando as tabelas de IMC para determinar a adequação do peso e altura (DEL CIAMPO, 2010).

Embora o IMC não seja uma medida direta de quantidade de gordura corporal, não podendo assim ser utilizado para avaliar obesidade, ele correlaciona-se muito com a gordura corporal e é recomendado como método de rastreamento do estado de peso entre os jovens. Quando o rastreamento indica presença de risco a saúde do adolescente, os pais devem incluir um acompanhamento maior com o nutricionista, para evitar, prevenir e melhorar deficiências nutricionais. A educação e orientação devem ser ajustadas para suprir quaisquer aspectos alimentares específicos identificados na avaliação nutricional. Para que o plano seja bem-sucedido, o adolescente deve desejar mudar os hábitos, e os pais devem ser incluídos no processo estimulado a apoiar (MOHAN, 2013).

A adolescência sempre estar associada a um período crucial no desenvolver humano marcado por transformações físicas e emocionais gerando inquietação e incertezas, sendo o florescer da sexualidade e a dificuldade em

formar a própria identidade. O problema é muitas vezes iniciado na adolescência, etapa da vida onde, naturalmente, ocorrem alterações corporais devido à evolução sexual e as pessoas usam como padrão os preceitos da cultura e da sociedade (DEL CIAMPO, 2010).

## **2.2 Mídia**

Diante de toda mudança física e emocional a mídia acaba ganhando um espaço aproveitando –se de sua fragilidade emocional e entra com propaganda para adolescentes onde há um investimento de bilhões de dólares. As empresas de alimentos e bebidas promovem seus produtos para a juventude, usando uma variedade de tecnologia em múltiplas plataformas. Pesquisas apontam que jovens gastam cerca de 7,5 horas por dia com mídia. A maioria deles (71%) tem televisão no quarto e acesso à internet (PEDROSKE, 2019).

Com o aumento do tempo gasto com meios de comunicação, também aumenta a capacidade dos anunciantes para influenciar o comportamento alimentar e desejo dos jovens. A maior parte das propagandas (89%) de televisão que são vistas pelos adolescentes são de produtos alimentares com alto teor de gordura, açúcar e sódio. Gerando assim um desejo de consumo maior desses itens e prejudicando a saúde. A educação sobre a mídia, pode e deve ser ensinado aos adolescentes e assim, instruí-los ter uma preferência por alimentos mais saudáveis (MOHAN, 2013).

No mundo virtual, onde o controle dos pais ou responsáveis é muito importante, pode-se encontrar sites que ensinam como usar produtos e fármacos para a perda de peso ou o ganho de massa muscular e como não deixar que os responsáveis perceberem esses distúrbios (CANDI, 2009).

## **2.3 Atividade Física**

É importante salientar importância da atividade física para o ser humano e isso estar muito bem registrado nos estudos, bem como como sua relação e impacto que reflete em doenças crônicas e suas comorbidades, como também o papel importante na luta contra a obesidade infantil. Quando se fala de atividade física para crianças e adolescentes influencia-se estimulando e criando

hábitos, com o objetivo de promover diversão, ludicidade e interesse em algo que seja levado para a vida de uma maneira agradável e saudável, não discriminando os menos aptos. Além dos benefícios saudáveis da atividade física, são agregados ainda elementos educacionais e social, por proporcionarem experiência em equipe e situações de vitórias e derrotas, dessa forma, proporcionando experiências de vida (PETROSKE, 2009).

Além disso, a atividade física é um importante auxiliar para o aprimoramento e desenvolvimento do adolescente, no aspecto morfofisiopsicológico, podendo aperfeiçoar o potencial físico. Juntamente com uma alimentação equilibrada, a atividade física deve ser reconhecida como elemento de grande importância para o crescimento e desenvolvimento funcional e natural durante a adolescência, bem como, para diminuição dos riscos de futuras doenças (SANTOS,2018). Além disso, a atividades física permite o aumento da utilização da proteína na dieta e proporcionar eficaz desenvolvimento do corpo. Várias outras influências positivas estão relacionadas à atividade física regular, entre eles o aumento da massa magra, diminuição da gordura corporal, melhora dos níveis de eficiência cardiorrespiratória, de resistência muscular, força, além dos importantes efeitos psicossociais (PRIORE, 2020).

Pesquisas revelam que quanto melhor o condicionamento cardiovascular e físico, menor é o nível de lipídeos plasmáticos em crianças. Realizando testes de condicionamento físico em crianças, também foi possível constatar melhores resultados no perfil lipídico e composição corporal, mais compatíveis com a boa saúde (VIEIRA, 2017).

## **2.4 Transtornos alimentares**

Os transtornos alimentares são classificados como a terceira doença crônica mais comum em adolescentes, especialmente entre mulheres, e estão associados a taxas de morbidade e mortalidade que estão entre os mais elevados de todos os transtornos mentais, com comprometimento funcional significativo, menores taxas de mortalidade em bulimia nervosa: 1,93 por 1.000 pessoas por ano; e maior na anorexia nervosa: 5,86 mortes por 1.000 pessoas-ano (ALVARENGA, 2017).

No entanto, apesar da gravidade e cronicidade alta, esta doença permanece relativamente menos estudada que os demais transtornos mentais. O desenvolvimento de estudos de grupos de risco melhora a análise de sua vulnerabilidade e auxilia no planejamento e implementação de medidas preventivas para evitar comorbidades consequentes (MARTINS 2010). A necessidade de se realizar mais estudos sobre transtornos alimentares associados a fatores de risco tem sido enfatizada na literatura, pois o conhecimento gerado por esses estudos pode orientar o desenvolvimento de programas educativos que abordem a alimentação, a obesidade e a prevenção de transtornos alimentares (MENDES, 2019).

Várias razões têm sido atribuídas ao desenvolvimento de transtornos alimentares, e a maioria delas é psicossocial. A supervalorização da magreza, comum em mulheres, é considerada um dos principais fatores contribuintes na patogênese dos transtornos alimentares, aliada à mídia, que promove a cultura da beleza, mantida por uma “indústria da beleza”, que associa a magreza a uma imagem de sucesso (SANTOS, 2018).

Esse contexto leva aos chamados “comportamentos e práticas inadequados para controle de peso”, especialmente entre adolescentes. A predisposição genética também é apontada e, em combinação com outros estressores físicos ou psicológicos específicos, pode colocar um indivíduo em maior risco de desenvolver distúrbios alimentares (MENDES, 2019).

A gênese e a manutenção dos transtornos alimentares são multifatoriais, envolvendo fatores biológicos, sociais e psicológicos, cujos pontos críticos são a auto percepção distorcida e a insatisfação com a aparência física. O número de adolescentes com transtornos alimentares é crescente, impulsionado pelo medo de engordar, uso de dietas proibitivas ou métodos inadequados de compensação pelo excesso de alimentos, como diuréticos e/ou laxantes e vômitos auto induzidos. Esses fatos resultaram no aumento da prevalência de transtornos alimentares nos últimos anos: a anorexia nervosa varia de 0,3 a 3,7%; e a bulimia nervosa, de 1,1 a 4,0% em meninas (MENDES, 2019).

A bulimia é um transtorno alimentar caracterizado por compulsão alimentar e preocupação excessiva com o aumento de peso, a maioria dos casos de bulimia acontece em meninas além da preocupação excessiva com o ganho de peso, podem também ter baixa autoestima, mudanças frequentes do humor

e sentimento de angústia e ansiedade após refeições. É um transtorno que impacta diretamente na qualidade de vida da pessoa e da família, que gera angústia e preocupação em função do seu comportamento (MARTINS, 2010).

Os sintomas de bulimia podem ser físicos, psicológicos e comportamentais, sendo o principal a compulsão alimentar seguida de comportamentos compensatórios devido ao medo de engordar, como ir frequentemente ao banheiro durante e após as refeições, além de induzir o vômito (SILVA, 2019). Outros sinais e sintomas que podem ser indicativos de bulimia são: usar regularmente laxantes, diuréticos ou inibidores do apetite; praticar excessivamente exercício físico; comer grandes quantidades de alimentos escondido; sentimentos de angústia e de culpa após comer em excesso; inflamações frequentes na garganta; menstruação irregular, entre outros (CHAGAS, 2019). Além disso, é possível também que a pessoa apresente sintomas de desidratação e desnutrição, que acontece como consequência dos hábitos relacionados com o transtorno, além de depressão, irritabilidade, ansiedade, baixa autoestima e necessidade excessiva do controle de calorias (SANTOS, 2018).

Na bulimia a pessoa normalmente possui o peso adequado ou está ligeiramente acima do peso ideal para a idade e altura, diferentemente do que acontece na anorexia, que também é um transtorno alimentar e psicológico, no entanto a pessoa está abaixo do peso normal para a idade e a altura e normalmente enxerga-se sempre acima do peso, o que leva a restrições alimentares (MARTINS, 2010).

A imagem corporal sempre está relacionada com a autoestima, que significa amor próprio, se gostar, satisfação pessoal. Se existe uma insatisfação, está se refletirá na autoimagem. O primeiro sinal da perda da autoconfiança é facilmente percebido quando o corpo que se tem não está de acordo com os padrões idealizado pela sociedade (BUCARETCH, 2003).

A auto avaliação da imagem corporal geralmente ocorre quando o indivíduo pensa em extremos relacionados à sua aparência ou é muito crítico em relação a ela; o indivíduo tenta se comparar com padrões extremos ou inalcançáveis da sociedade; se concentra em um aspecto de sua aparência vigorexia, também conhecida como Dismorfia Muscular e Anorexia Nervosa

Reversa, a vigorexia foi recentemente descrita como uma variação da desordem corporal e enquadra-se entre os transtornos corporais (TATIANA, 2018).

A Dismorfia Muscular envolve uma preocupação de não ser suficientemente forte e musculoso em todas as partes do corpo, ao contrário dos com Transtorno do Desenvolvimento da Coordenação (*TDC*), que a principal preocupação é com áreas específicas. A vigorexia é um tipo de transtorno dismórfico corporal, em que o indivíduo potencializa defeitos estéticos que possua, ou ainda imagine que possua (ALBERTI, 2010). Esse transtorno chega a torturá-lo e ele passa a se sentir com a aparência desprezível que causa grande sofrimento psíquico, na medida em que o suposto defeito se potencializasse e não se concentra numa parte específica do corpo, mas sim no corpo todo, podendo o indivíduo se ver como pequeno, fraco e sem vigor. Atinge especialmente homens e o objetivo obsessivo é a hipertrofia máxima com mínimo de gordura corporal (SANTOS, 2018). Os processos de avaliação da imagem corporal são delirantes e a insatisfação com os resultados são constantes. Nessa patologia, o indivíduo se exercita pensando apenas no resultado do exercício sobre sua aparência física se esquecendo da saúde (ASSUNÇÃO, 2010).

A anorexia é um transtorno alimentar capaz de afetar pacientes de ambos os sexos, causado por um desejo excessivo, ilimitado e sem controle de emagrecer e se manter em um determinado padrão de beleza. Quando um adolescente possui anorexia, ele parar de comer e não consegue ver que seu corpo, aos poucos, está definhando com a falta de nutrição adequada (DE SOUZA, 2021). O indivíduo anoréxico pode até mesmo deixar de sentir fome por completo. Na anorexia, as costelas e os ossos das costas começam a ficar aparentes e a pessoa anoréxica passa a desenvolver doenças e condições complementares, como a alopecia, que é a queda de cabelo, causadas pela falta de nutrientes no corpo (TATIANA, 2008).

Mesmo com uma aparência clara de magreza excessiva, esse transtorno alimentar é capaz de fazer com que o indivíduo anoréxico se veja com sobrepeso e continue na busca pela magreza ideal. Muitos médicos indicam que a anorexia é, acima de tudo, um distúrbio de imagem corporal. Além de não comer, a pessoa que tem anorexia pode acabar exagerando nos exercícios físicos e no uso de medicamentos laxantes e diuréticos, sempre com a intenção de perder peso.



Essa condição não é a única relacionada à autoimagem, sendo que a anorexia e a bulimia são duas doenças do tipo (CAMPELLO,2015).

O tratamento da anorexia é feito por meio de medicamentos que ajudam, por exemplo, na diminuição da ansiedade, sendo que o acompanhamento psicológico é essencial para que a doença não volte a afligir o paciente (CAMPELLO, 2015).

A reintrodução de alimentos na dieta do paciente deve ser gradativa, para evitar danos a outras regiões do corpo. Quanto mais cedo a anorexia for detectada, melhores são as chances de recuperação do paciente, porque a falta de uma alimentação adequada pode acarretar em problemas de saúde diversos (SILVA, 2016).

## **2.5 Alimentação adequada**

Hábitos alimentares de adolescentes vêm sofrendo mudanças com maior ingestão de alimentos pouco nutritivos. Esse tipo de mudança de consumo é preocupante, pois é nítido que a dieta dos adolescentes está como base em alimentos ricos em gordura e açúcares, podendo gerar resultados danosos a longo prazo (CHAGAS, 2019). Pesquisas revelam que os níveis de doenças cardiovasculares vêm aumentando de uma maneira considerável, devido associação de hábitos alimentares inadequados e inatividade física recorrentes. Mesmo sabendo que as doenças cardiovasculares tenham manifestação clínica na idade adulta, crescem os elementos que apontam que os fatores de risco surgem cada vez mais cedo e se estendem às idades posteriores (SILVA, 2014).

A Alimentação entre adolescentes assemelha-se às práticas da população em geral, pela proximidade do maior consumo de alimentos mais gordurosos, de preparações rápidas e que contêm mais açúcares. O adolescente tem essa preocupação, em parte, com sua saúde e os benefícios de uma alimentação saudável, mas ainda preferem os alimentos que agradam ou não seu paladar (ASSUNÇÃO, 2010). A mudança alimentar dos adolescentes pode ser determinada por restrições e influências, mas também está relacionada em um sistema complexo de funções sociais e simbólicas. Os adolescentes sabem avaliar a alimentação como boa ou má, mas não priorizam na prática aquilo que consideram ser uma boa alimentação, tendo como oferta de

guloseimas na rotina alimentar. As contradições entre o conhecimento e as práticas dos adolescentes em relação à alimentação serve como guia para orientar fazer intervenções com o propósito de educar (SILVA, 2019).

Com tudo isso, é recomendado a necessidade de investimentos em programas de educação nutricional no ambiente escolar, a fim de orientar os adolescentes à prática de hábitos alimentares mais saudáveis e dos perigos das práticas inadequadas de controle de peso podem causar a saúde e da busca incessante por padrões corporais (PETROSKI, 2009).

A promoção da alimentação saudável vem se tornando alvo de várias campanhas para prevenção de doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT). A população mais jovem tem apresentado crescentes índices de obesidade no mundo e no Brasil (DEL CAMPELO 2010). Entre as propostas de incentivo à alimentação saudável destacam-se o consumo de frutas e hortaliças. A elevação no consumo desses alimentos pode-se refletir na redução de morbimortalidade por DCNT e obesidade em todo o mundo. O Brasil não dispõe de dados atuais sobre o consumo alimentar de adolescentes, mas diversos estudos locais apontam o baixo consumo de frutas e hortaliças como questão central para mudanças com vistas à alimentação saudável (SANTOS, 2018). Por meio das revisões de literatura, verificou-se o perfil de consumo de frutas e hortaliças entre adolescentes brasileiros, destacando-se ainda as suas vantagens (FERREIRA, 2007).

O consumo de frutas e hortaliças por adolescentes vem diminuindo ao longo das décadas e vários fatores contribuíram para que esse panorama se instalasse. No entanto a importância desse consumo tem sido amplamente ressaltada ante a recomendação de alimentação saudável como fator de promoção da saúde e prevenção de DCNT e obesidade (DE SOUZA, 2021). Nesse sentido, compreende-se que estratégias que visem o estímulo ao consumo desses alimentos devem ser amplamente enfatizadas e implementadas através de medidas de curto e médio alcances (MOHAM, 2013).

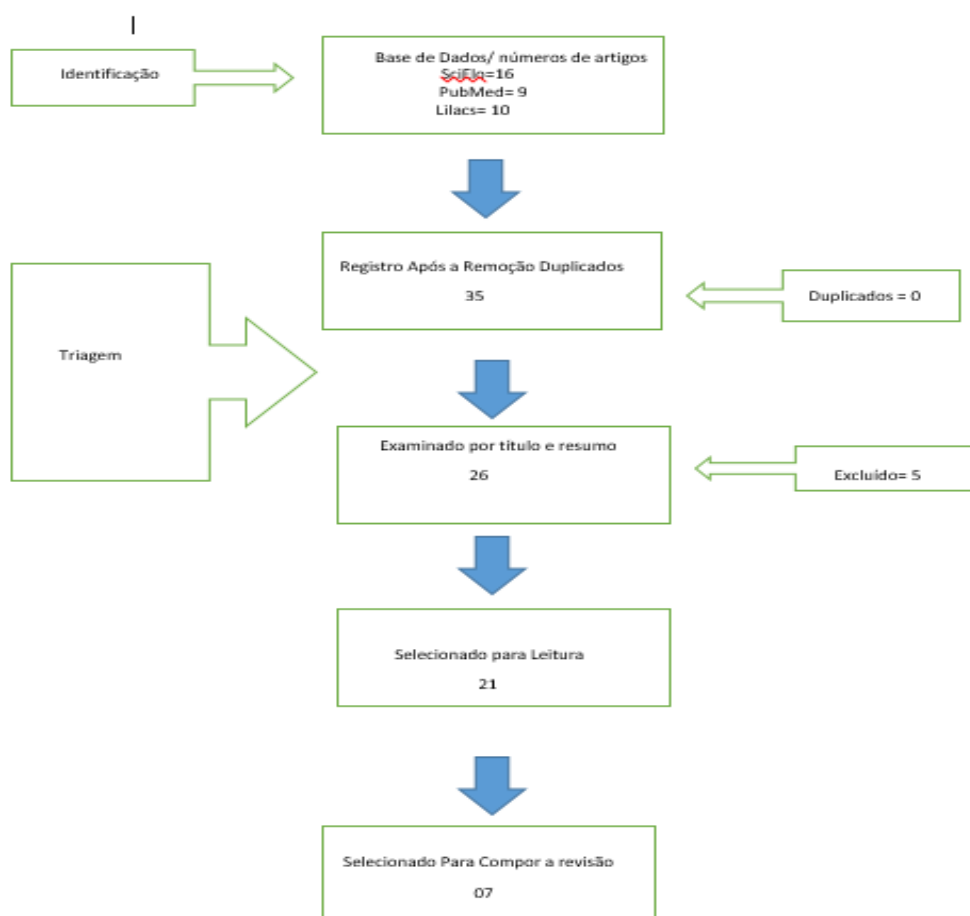
### 3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. As palavras-chave que foram usadas para obter a amostra foram “insatisfação corporal”, “*Body Dissatisfaction*”, “estado nutricional”, “*Nutritional Status*”, “mídia áudio visual”, “*Video-Audio Media*” e “adolescente” “*Adolescent*” indexada nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS).

As bases de dados utilizadas para busca dos artigos foram: SCIELO (Scientific Eletronic Library Online), PUBMED (PublicMedline) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde).

Para critérios de inclusão: foram considerados os estudos em adolescentes ambos os sexos, nos últimos 5 anos (2016 a 2021). Excluindo aqueles que não disponibilizassem o estudo na íntegra e que não estivessem dentro do escopo foco da pesquisa.

Figura 1 -Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos.



#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na busca inicial encontraram-se 34 estudos. A partir dos critérios de inclusão e exclusão, a amostra final se restringiu a seis (7) estudos que abordaram: relação entre o estado nutricional e a distorção da imagem corporal em adolescente (CARVALHO et al., 2018; MOREIRA et al., 2019; PINHO L. et al., 2019; MOEHLECK al at., 2020; CHAGAS et al., 2019; FERREIRA et al., 2021; UZUNIAM et al., 2015).

O quadro 1, apresenta a síntese dos achados, estudos que compuseram a amostra, sendo selecionados artigos entre 2015 e 2021. No Quadro 1, é possível observar os métodos que tiveram resultados positivos com relação a melhora do comportamento alimentar.

Quadro 1 - Síntese dos estudos que compuseram amostra.

AUTOR/ANO	OBJETIVO	AMOSTRA/LOCAL	MÉTODO E INSTRUMENTOS	PRINCIPAIS RESULTADOS
Ferreira et al., 2021	Avaliar a autopercepção da imagem corporal e o estado nutricional de adolescentes estudantes do ensino médio de uma escola pública de Fortaleza-CE	104 adolescentes do ensino médio de uma escola pública de Fortaleza-CE, matriculados do 1º ao 3º ano do ensino médio. sendo 51,92% (n=54) do sexo feminino e 48,8% (n=50) do sexo masculino, com faixa etária de 14 a 18 anos, de ambos os sexos	Para a avaliação do estado nutricional foi aferido o peso e estatura para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), sendo este convertido em Escore-Z de IMC/idade. Para a análise da percepção de imagem corporal foi utilizada a Escala de Silhueta Corpórea (EFS).	Os achados mostraram um percentual de insatisfação bastante representativo em ambos os sexos, sendo a classe masculina de maior insatisfação com 90% (n =45). E feminino com 68,51% (n =37) A insatisfação corporal é algo muito preocupante que pode levar o adolescente a problemas psicológicos relacionado à imagem, dentre eles a distorção da imagem corporal.
Moehleck al, at., 2020	Avaliar a concordância e os fatores de risco para subestimação e superestimação entre o estado nutricional e a autopercepção da imagem corporal e	Alunos de 12 a 17 anos que participaram do Estudo de Risco Cardiovascular em Adolescentes ("ERICA"), um estudo multicêntrico, transversal e de abrangência escolar, foram incluídos (n=1.740).	As variáveis avaliadas como covariáveis foram sexo, idade, cor da pele, nível socioeconômico e transtornos mentais comuns (selecionados pelo General Health Questionnaire, GHQ-12). A regressão logística multinomial	A prevalência de insatisfação com o peso corporal foi de 45,0% (IC 95%: 44,0-46,0), sendo maior entre meninas, adolescentes mais velhos, com baixo peso ou sobrepeso / obesidade, bem como entre inativos fisicamente e com GHQ-12 ≥3.

	avaliar a prevalência e os fatores associados à insatisfação com o peso corporal em adolescentes brasileiros.		foi usada para explorar a associação entre covariáveis e combinações entre a imagem corporal autopercebida e o índice de massa corporal (concordância, subestimação e superestimação). As associações entre a insatisfação com o peso corporal e as variáveis de exposição foram investigadas por meio de modelos de regressão de Poisson multivariados.	
Moreira et, al.,2019	Avaliar a associação do estado nutricional e maturação sexual com a insatisfação corporal em adolescentes.	345 adolescentes, matriculados em escolas públicas do município de Juiz de Fora, com idades entre 10 e 14 anos, média de 11,89 ± 1,34 anos, sendo 53,6% do sexo feminino	Estudo transversal, realizado com adolescentes de 10 a 14 anos de escolas públicas. Avaliaram-se peso, altura, IMC para idade, perímetro da cintura, percentual de gordura corporal, maturação sexual (escala de Tanner) e insatisfação corporal, por meio da pontuação na Escala de Evaluación de Insatisfación Corporal para Adolescentes (EEICA).	Os resultados mostram que, apesar de mais da metade da amostra apresentar estado nutricional de eutrofia, (63,6% meninas e 66,7% meninos) foi observado que as meninas com sobrepeso e obesidade apresentavam maior insatisfação com a imagem corporal com uma prevalência entre 32,2% e 83%. Não foi encontrada diferença estatística na classificação do estado nutricional entre os sexos segundo o IMC. Em relação ao percentual de gordura, o sexo feminino apresentou valores superiores ao masculino (p=0,048). Quanto à maturação sexual, observa-se que grande parte dos avaliados encontra-se na fase púbere (77,9% do sexo feminino e 64,5% do sexo masculino). Além disso, entre as meninas, 52,9% relataram a presença da menarca.
Pinho L et al., 2019	Avaliar a insatisfação	535 adolescentes, sendo 68,0% (N =	Trata-se de um estudo transversal	Parte relevante dos adolescentes de escolas

	com a imagem corporal de adolescentes e estado nutricional da região norte de Minas Gerais.	364) do sexo feminino e 32,0% (n = 171) do sexo masculino, com idades entre 11 e 17anos. Aproximadamente 90% dos adolescentes frequentavam o turno da manhã na escola e estavam distribuídos entre o sexto e o nono ano. com adolescentes de ambos os sexos, matriculados na rede pública municipal de ensino de Montes Claros, Norte de Minas Gerais	com adolescentes de ambos os sexos, matriculados do sexto ao nono ano na rede pública municipal de ensino. Foi utilizado um questionário, composto por variáveis sociodemográficas e de imagem corporal, obtido por meio de uma escala de figuras de silhuetas. As medidas antropométricas de peso e altura foram realizadas para estimar o índice de massa corporal. A correlação entre a classificação do índice de massa corporal e a imagem corporal dos adolescentes foi estimada por meio do Kappa ponderado.	públicas mostrou-se insatisfeita com sua imagem corporal, Na análise do grau de satisfação com a imagem corporal entre os sexos, verificou-se uma associação significativa ( $p < 0,001$ ). O sexo masculino apresentou maior proporção de insatisfação por déficit de peso (18,1%), enquanto o sexo feminino por excesso de peso (32,2%).
Chagas et al., 2019	Verificar a associação entre a percepção e a insatisfação da imagem corporal com o estado nutricional de adolescentes do sexo feminino matriculadas no ensino médio de um colégio estadual.	120 adolescentes do sexo feminino com média de idade de $16 \pm 1,1$ anos, destas, a maioria 88,3% (106) tinham entre 15 e 17 anos e 11,7% (14) com faixa etária entre 18 e 19 anos. na faixa etária de 15 e 19 anos, matriculadas no 1º, 2º e 3º ano do ensino médio de um colégio estadual, localizado no norte do Rio Grande do Sul	Utilizou-se dois instrumentos: o Body Shape Questionnaire (BSQ) e a Escala de Silhuetas de <i>Stunkard</i> , além de serem submetidas a uma avaliação antropométrica.	No tocante a percepção da imagem corporal constatou-se que 60% (72) das adolescentes apresentavam algum grau de distorção de imagem, prevalecendo a grave distorção, seguido de leve e moderada distorção. Já a escala proposta por Stunkard mostrou que a insatisfação prevalece em 83,3% (100) das adolescentes, ou seja, a maioria 58,3% (70) apresentou insatisfação pelo excesso de peso e 25% (30) insatisfação pela magreza. Somente 16,7% (20) estavam satisfeitas com sua imagem corporal.
Carvalho et al., 2018	Avaliar a insatisfação com a imagem corporal e fatores	1.019 adolescentes ente 13 e 19 anos, matriculadas no 1º ano do ensino médio de 4 escolas	Análises estatísticas e imputação de dados foram analisados pelo software Statistical	Com base na análise bivariada observou-se que o desejo de ter silhuetas menores do que

	associados em adolescentes	privadas e 2 escolas públicas do Rio de Janeiro.	Program for the Social Sciences, versão 19.0 (SPSS - IL, CHICAGO, 2009)	aquelas com as quais se identificavam se apresentou em maior chance nas meninas do que nos meninos (OR = 1,97, IC95% 1,44-2,71), nos adolescentes com excesso de peso do que naqueles sem excesso (OR = 6,22, IC95% 4,18-9,26), com perímetro da cintura > percentil 90 do que naqueles com valor abaixo deste limite (OR = 15,70, IC95% 5,95-41,6)
Uzuniam et al., 2015	Avaliar as habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes	Pesquisa realizada em escolas de ensino médio em Minnesota, com mais de 80.000 participantes, do sexo feminino e masculino	Estudo feito com 50 artigos publicados entre 2007 e 2012 sobre transtornos alimentares e habilidades sociais	Os TCAs (Transtornos de Comportamento Alimentares) podem ser influenciados pelo padrão de beleza da sociedade atual, pelas mensagens e valores passados pela mídia, pela influência dos pares e pelas emoções que, quando não administradas corretamente, agravam e predispõe ao quadro.

Carvalho et al. (2018), ao avaliar a insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes, mostrou que mais de 75% das deles não estão satisfeitos com o seu corpo e destaca que a grande maioria, cerca de 41,4% procura estratégias para chegar no corpo tão desejado, almejando silhueta menor ou maior, por ser muito magra. Muitas vezes fazendo dieta por conta própria, excedendo o tempo na academia, deixando até de se alimentar para poder entrar no “padrão” que julgam ser o melhor para elas. Sem medir as consequências do que pode vir acontecer sem acompanhamento profissional especializado.

O estudo mostrou que a maioria são sedentárias, com 26,2% apresentando excesso de peso, com 5,3% apresentando percentual de gordura elevado. Apenas 30% dos adolescentes abordados, mostraram estar satisfeitas com o próprio corpo, sem se importar com padrões exigidos pela sociedade, mídias e afins.

Ainda de acordo com o estudo de Carvalho et al. (2018), mesmo sendo de classes sociais diferentes, as adolescentes analisadas das escolas privadas e públicas do Rio de Janeiro, mostraram procurar medidas parecidas para a melhora do físico. Sem pensar no bem-estar e saúde. Quando se inicia esse cuidado na adolescência com um profissional, o jovem tem maior probabilidade de ter melhores resultados tanto físicos, quanto mentais, melhorando principalmente a saúde (CARVALHO et al., 2018)

O estudo de Uzunian et al. (2015), avaliaram as habilidades sociais, que se torna um fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. Na pesquisa realizada com 80.000 estudantes adolescentes, do sexo feminino e masculino de Minnesota, demonstrou 56% das meninas e 28% dos meninos possui transtorno de comportamento alimentar (TCA), ocasionado na maioria das vezes por influência de mídia, de amigos, para chegar num padrão de beleza dito pela sociedade, sendo levados pela imaturidade, por ainda não ter controle de suas emoções.

Moreira et al. (2019), mostram que adolescência é uma fase marcada por grandes modificações biológicas, psicológicas e sociais, havendo maior preocupação com a inserção em determinado grupo social. Com relação ao percentual de gordura corporal, tanto as meninas quanto os meninos que expressam esse parâmetro elevado são mais insatisfeitos com sua forma corporal.

Com essa pressão pela aceitação social, a preocupação com a imagem corporal tem aumentado cada vez mais. Nos resultados apresentados no estudo de Moreira et al. (2019) é possível observar o indicativo de insatisfação corporal, que reforça a importância sobre o tema. O mesmo reflete um padrão exposto pela mídia estimulando e refletindo um padrão de beleza do “corpo ideal”. Os resultados apresentados podem ser reflexos de um padrão exposto pela mídia, segundo o qual o corpo idealizado leva a dificuldades de aceitação. Devido aos estímulos que recebem, meninas são estimuladas a serem cada vez mais magras e meninos a terem o corpo musculoso e estético, considerados o corpo ideal ditado pela mídia (MOREIRA et al., 2019).

Pinho et al. (2019), apresentaram em seu estudo, que parte relevante dos adolescentes de escolas públicas mostraram-se insatisfeitos com sua imagem corporal. As adolescentes do sexo feminino apresentaram maior prevalência de



insatisfação pelo excesso de peso e os do sexo masculino pelo déficit de peso. A insatisfação com a imagem corporal apresentou maior proporção entre os adolescentes com desvio nutricional. Diante desse contexto, fica evidente a necessidade de intervenções dos profissionais de saúde na fase da adolescência, a fim de evitar que a insatisfação com a imagem corporal resultante na ocorrência de problemas psíquicos que estão relacionados à autoimagem e aos transtornos alimentares.

Nesse contexto, outro fator importante foi o estilo de vida saudável que deve ser valorizado e consolidado no contexto escolar, por meio de políticas públicas locais, para que favoreçam o apoio às atividades físicas, com a adequação dos ambientes físicos e integração da prática de exercícios físicos nas atividades pós-escolares e a promoção da alimentação saudável. Assim, a escola e a família devem estar atentas aos indícios de distorção da imagem corporal dos adolescentes, tendo papel efetivo na identificação das situações de risco que necessitam de atendimento profissional especializado (PINHO et al., 2019).

Quando falamos de imagem corporal, devemos salientar que é um construto multidimensional que envolve a auto percepção sobre o tamanho e a forma do corpo, envolto pelas sensações e experiências imediatas, envolvendo também um componente subjetivo que se refere à satisfação individual com o tamanho corporal. Portanto, a mídia, a família e o ambiente social podem influenciar direta ou indiretamente na imagem corporal. As interações entre essas variáveis podem promover aparências irrealistas e comparações excessivas com os pares. Os adolescentes são mais vulneráveis a essas influências devido ao seu período de transição, caracterizado por rápido crescimento e desenvolvimento, bem como por mudanças contínuas em seus corpos. (Molheck et al., 2020)

Ainda Segundo Molheck et al., (2020) a imagem corporal costuma ser avaliada por meio de desenhos de figuras ou questionários, que são posteriormente classificados com base na satisfação com o próprio corpo. Mais comumente com base em estudos transversais, a prevalência de insatisfação corporal pode chegar a 71% entre os adolescentes, principalmente no sexo feminino e com excesso de peso. Outros relataram que a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em países desenvolvidos varia entre 16% e

55% em meninos e de 35% a 81% em meninas. No Brasil, os dados nacionais sobre o tema são escassos e, considerando que a imagem corporal pode desempenhar um papel importante no gerenciamento e manutenção de um peso corporal saudável, identificar quais são os fatores associados à distorção da imagem corporal pode ser fundamental para a promoção de um peso saudável no esta faixa etária (MOLHECK et al., 2020).

Normalmente, as meninas desejam ficar mais magras, enquanto os meninos tendem a desejar um corpo atlético. O reconhecimento incorreto do status do peso corporal, bem como da imagem corporal negativa, é uma ameaça ao controle do peso, pois pode estar associado a comportamentos não saudáveis e morbidades psicossociais (MOLHECK, 2020).

Para Ferreira et al. (2021) a imagem corporal relacionada ao estado nutricional dos adolescentes tem uma autopercepção não condizentes com seu real estado nutricional, a maior parte dos adolescentes subestimaram seu estado nutricional, foi apresentado um percentual de insatisfação bastante relevante em ambos os sexos, sendo que o gênero masculino com maior insatisfação. A insatisfação corporal é algo preocupante na adolescência, devido à poder levar a problemas psicológicos relacionado a imagem, dentre eles a distorção da imagem corporal, que é classificada como um dos critérios de diagnóstico para os transtornos alimentares. Deve-se ressaltar a necessidade de aplicar políticas públicas relacionado a combater o estereótipo de imagem ideal aplicada pela sociedade (FERREIRA et al., 2021).

Chagas et al. (2019), também constataram a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e distorção da imagem corporal por parte das adolescentes. Como também foi observado, que a maior parte das adolescentes apresentaram IMC dentro dos parâmetros ideais, entretanto, muitas se consideram insatisfeitas com a sua imagem corporal. O padrão de beleza imposto pela mídia tem se destacado por exercer grande influência na formação da imagem corporal, ao estimular a valorização da magreza e do corpo perfeito. Isso se explica pelo fato de a adolescência ser uma fase onde os indivíduos ficam mais suscetíveis e vulneráveis às influências da sociedade, principalmente quando se trata de adolescentes do sexo feminino. Esses resultados refletem a magnitude da influência da mídia e da sociedade em geral sobre a imagem corporal, dessa forma, observamos que é essencial que os profissionais da área

da saúde e da educação incentivem os adolescentes a combater o estereótipo do padrão de beleza (CHAGAS et al., 2019).

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

De acordo com os estudos selecionados para a presente revisão, foi possível observar que a maioria dos adolescentes sofrem com transtornos de autoimagem, sendo de fundamental importância, os mesmos, terem um acompanhamento por equipe de especialistas e profissionais de nutrição.

Os estudos citados foram unânimes nos resultados apresentando insatisfação corporal e transtornos de autoimagem em adolescentes, na maioria das vezes provocados pela mídia e/ou meio social, tendo em vista que essa é a fase de maior alteração física e mental. Assim, evitar e acompanhar o uso das mídias que influencia e promovem padrões estereotipadas de padrão de beleza são mecanismos que previnem e minimizam condutas comportamentais acentuadas de influências em adolescentes vítimas de mídias sociais.

## REFERÊNCIAS

COPETTI, L C, G F, H V, A K. Percepção da imagem corporal e estado nutricional do adolescente, **Revista Nutrição e Psicologia da IMED**, v. 10, n. 2, p. 161-177, 2018.

ALVARENGA, M F, F T, C A; Nutrição comportamental. 2ªed. 2017 Burueri- Sp Manoela LTDA.

FERREIRA, V L C, M C C K. SAÚDE DO ADOLESCENTE. **Revista Oficial do Nucleo de Estudo**, Vol 4, n.2 p 48-52, 2007.

PRIORE, V C R, M F; ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCENCIA. **Revista Adolescencia Latinoamericano**, Vol 3, n.1 p 14-18, 2020.

SANTOS, I. S.; SILVA, E. D.; CANDIDO, M. C.; SILVA, E. C. A. ADOLESCENTS AND BODY IMAGE: A REVIEW. **International Journal of Nutrology**, v 4, n.2, p.45-60, 2018.

FREUD, S. REFLEXÕES SOBRE PSICOLOGIA ESCOLAR . In: EDIÇÃO standard das obras completas de Sigmund Freud , Vol. 13; Rio de Janeiro: 2017.

CONDI, M.A, et al. A INSATISFAÇÃO DO CORPO DOS JOVENS: UM ESTUDO EXPLORATORIO. **Physis Revista de Saude coletiva**. Rio de Janeiro v.19, n.2, p 509-528, 2009.

ALBERTI, S. O adolescente e o Outro. 3ª. Ed. 2010 Rio de Janeiro: Jorge Zahar.

MOHAN, S E, J R. ALIMENTOS NUTRIÇÃO E DIETOTERAPIA. 13ª ed. 2013 Centro - RJEElsevier Editora LTDA

ASSUNÇÃO, S S M, T A, L A S. ATIVIDADES FISICAS E TRANSTORNOS ALIMENTARES. **Revista de Psiquiatria Clínica**: São Paulo. V. 29, p.4-13. 2010.

TATIANA, P P C, P V C, L G U, R F V. VIGOREXIA: REVISÃO DOS ASPECTOS ATUAIS DESTE DISTURBIO DE IMAGEM CORPORAL. **Rev. bras. psicol. Esporte**. v.2 n.1 São Paulo jun. 2008

MARTINS, AP,S C M, E L P. INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E RELAÇÃO COM ESTADO NUTRICIONAL, ASIPOSIDADE CORPORAL E SINTOMAS DE ANOREXIA, BULIMIA EM ADOLESCENTE, **Revista de psiquiatria rio Grande do Sul**. Vol. 32 no.1 Porto alegre 2010.

SILVA, JG, MLO, MA. ALIMENTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA E AS RELAÇÕES COM A SAÚDE DO ADOLESCENTE, 3ª ed. Florianópolis, 2014.

SILVA, Julyana Gall da; FERREIRA, Márcia de Assunção. Alimentação e saúde na perspectiva de adolescentes: contribuições para a promoção da saúde. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, 2019.

SAVAGEM. A CRIAÇÃO DA JUVENTUDE. 1ª ED. 2009. Brunklin- SP Rocco LTDA.

MENDES, L F, A A, T L, R F, S A, A C. COMPORTAMENTO DE RISCO PARA BULEMIA EM ADOLESCENTE, **Revista Paulista de pediatria** v. 37, n 2 p 12-19.

DEL CIAMPO, L. A; DEL CIAMPO, I. R. L. Adolescência e Imagem Corporal. *Adolescência e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 55-59, out/dez 2010.

CHAGAS, Larissa Mecca; FERREIRA, Nathalia Guarezi; HARTMANN, Valeria e KUMPEL, Daiana Argenta. Percepção da Imagem Corporal e Estado Nutricional de Adolescentes. **Rev. Psicol. IMED** [online]. 2019, vol.11, n.2, pp. 69-78. ISSN 2175-5027. <http://dx.doi.org/10.18256/2175-5027.2019.v11i2.3166>

UZUNIAN, Laura Giron; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3495-3508, 2015.

PINHO, Lucinéia de et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em adolescentes de escolas públicas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 229-235, 2019.

CHAGAS, Larissa Mecca et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional de adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 11, n. 2, pág. 69-78, 2019.

DE SOUSA FERREIRA, Lidiane et al. Percepção da imagem corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 10, n. 1, pág. e8710111484-e8710111484, 2021.