

ALTERAÇÃO DE IMAGEM CORPORAL E PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM DESPORTISTAS DO MUNICÍPIO DE PELOTAS/RS

ELLEN LUÍSE VAGHETTI HOERLLE¹; KAMILA DUARTE BRAGA²;
ALESSANDRA DOUMID BORGES PRETTO³

¹Universidade Federal de Pelotas – ellen.hoerlle16@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – kamiladtebraga@gmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas – alidoumid@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

A busca pelo corpo ideal está atrelada à insatisfação com o corpo atual e tem gerado consequências irreversíveis à saúde da população. A prevalência dos transtornos alimentares, é de cerca de 1% da população, sendo os desportistas muito predispostos, uma vez que podem ter alteração da imagem corporal (SWANSON et al., 2011). A adoção de práticas inadequadas, como alimentação não saudável e exercícios físicos excessivos e sem orientação de profissionais, são práticas comuns em pessoas insatisfeitas com sua imagem corporal (ALMEIDA; BAPTISTA, 2016). Entre os indivíduos, com alta prevalência de transtornos alimentares, destaca-se: nutricionistas, bailarinos, modelos, manequins, jôqueis, e praticantes de atividade física, pois possuem uma intensa preocupação com o peso corporal e a imagem corporal, e geralmente são mais críticos em relação ao seu corpo, repercutindo consequentemente em suas atitudes alimentares (SLATER; TIGGEMANN, 2011).

2. METODOLOGIA

Estudo transversal e descritivo com desportistas de academias do município de Pelotas. Foram aplicados questionários de forma corporal, de comportamento alimentar e de percepção de imagem corporal. Após o consentimento em participar da pesquisa, foi fornecido termo de consentimento livre e esclarecido ao desportista e foi aplicado o questionário, sendo aferidas as medidas antropométricas de peso, altura e circunferência da cintura. Os participantes receberam um folder com orientações quanto à hábitos de vida e alimentares, na forma dos dez passos para uma alimentação saudável. O estudo foi encaminhado ao Comitê de Ética da Universidade Federal de Pelotas. Os dados obtidos foram tabulados e analisados em pacote estatístico Stata 11.0, admitindo-se nível de significância de 5%.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 139 desportistas, a maioria (65,47%) é do sexo feminino, com idade entre 18 a 59 anos, de cor branca (93,08%), eutrófico (57,55%) e com circunferência da cintura média de 78 cm. O IMC médio da amostra foi de 24,83 Kg/m² variando de 17,71 a 38,27 Kg/m². Apesar da maioria ser eutrófico, cerca de 40,00% está com sobrepeso e obesidade. O questionário de forma corporal demonstrou que 20,14% da amostra possui distorção da percepção da imagem corporal, enquanto que o teste de atitudes alimentares expressou um percentual de 30,22% com alterações alimentares patológicas. A Escala de Silhuetas mostrou que 79,86% dos entrevistados querem modificar a silhueta atual e 37,69% se vê maior do que está.

Ao analisar a variável sexo com relação ao questionário de forma corporal (BSQ), pode-se afirmar que as mulheres apresentaram maior distorção de imagem corporal do que os homens ($p=0,002$). Além disso, no resultado do teste de atitudes alimentares (EAT), 38,46% das mulheres demonstraram ter alterações alimentares patológicas contra 14,58% dos homens ($p=0,004$). Também houve diferença significativa quanto à avaliação das silhuetas. A prevalência de mulheres que querem reduzi-la é maior, enquanto nos homens o desejo de aumentar a forma corporal é ainda mais relevante ($p=0,004$).

De acordo com os resultados, pode-se perceber que as mulheres são mais propensas a desenvolverem transtornos alimentares. Estes fatores estão relacionados, pois uma percepção distorcida da imagem corporal pode levar a práticas alimentares inadequadas. Os dados apresentados sugerem que os transtornos alimentares estão presentes em ambientes de academias e com isto, os desportistas são mais susceptíveis à desenvolverem alterações alimentares patológicas podendo causar danos à saúde física e mental. No estudo de Fernandes e colaboradores também mostrou que as mulheres apresentam maior prevalência de transtornos alimentares (Fernandes et al, 2017).

4. CONCLUSÕES

A busca pelo corpo ideal imposto pela mídia, credita um aumento dos transtornos alimentares, tendo uma maior prevalência de insatisfação corporal e alterações alimentares patológicas no sexo feminino. É importante a presença do

nutricionista nas academias para salientar a importância de uma alimentação saudável e orientando formas de perder peso e ganhar massa de uma maneira adequada.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Laylla Lanucy Brito; BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. **Análise da Imagem Corporal de Praticantes de Atividades Físicas em um Centro de Práticas Corporais**. Pensar a Prática, v. 19, n. 3, setembro 2016.

FERNANDES, Ana Caroline Castro Ferreira; SILVA, Aline Lustosa Sales da; MEDEIROS, Karine Feitosa; QUEIROZ, Natielle; MELO, Liliane Machado Machado. **Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres**. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, v. 11, n. 63, p. 252-258, 2017.

SLATER, A.; TIGGEMANN, M. **Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns**. Journal of Adolescence. Vol. 34. Num. 3. 2011. p. 455-463.

SWANSON, Sonja A.; CROW, Scott J.; LE GRANGE, Daniel; SWENDSEN, Joel; MERIKANGAS, Kathleen R. **Prevalence and correlates of eating disorders in adolescents**. Arch Gen Psychiatry, v. 68, n. 7, p. 714-723, julho 2011.

World Health Organization. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry**. Report of a WHO Expert Committee. p.460. Geneva, 1995.