



BODY IMAGE PERCEPTION AMONG PHYSICAL EDUCATION UNIVERSITY STUDENTS

INGRID MOURA RÊGO MOTA
IRISLENE VIEIRA DOS SANTOS
PATRÍCIA UCHÔA LEITÃO REBOUÇAS
DÉBORA CRISTINA COUTO OLIVEIRA COSTA
FRANCILENE BATISTA MADEIRA

Universidade Estadual do Piauí - UESPI, Teresina, Piauí, Brasil. ingridmota@aluno.uespi.br

Abstract

Introduction: Body image (BI) is a multidimensional phenomenon that refers to an individual's perception of their own body. Among Physical Education students, this perception can be influenced by constant exposure to aesthetic standards, which may affect their well-being.

Objective: To estimate the prevalence of BI dissatisfaction and analyze its association with sociodemographic variables, physical activity, and nutritional status among Physical Education undergraduates. **Method:** A cross-sectional, descriptive, and quantitative study was conducted with 103 students from a public university in Teresina, Piauí. Sociodemographic, anthropometric, and academic data were collected. Body image was assessed using Kakeshita's Silhouette Scale; physical activity was measured by the International Physical Activity Questionnaire; and nutritional status was determined by Body Mass Index (BMI). Statistical analysis included absolute and relative frequencies and Pearson's chi-square test, with $p<0.05$ considered significant. **Results:** Participants had a mean age of 23.07 years ($SD \pm 4.5$), with a predominance of females (54.4%) and brown skin color (49.5%). The prevalence of BI dissatisfaction was 74.8%, with 66.2% dissatisfied due to thinness. Most were physically active (59.2%) and had a normal BMI (62.1%). BI perception was significantly associated with race ($p=0.001$) and BMI ($p=0.024$), while dissatisfaction was only associated with BMI ($p=0.000$). **Conclusion:** The high prevalence of body dissatisfaction among these students highlights the need to foster critical discussions on this topic during undergraduate training.

Keywords: Body image, university students, physical education.

PERCEPCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

Resumen

Introducción: La imagen corporal (IC) es un fenómeno multidimensional que se refiere a la percepción que un individuo tiene de su propio cuerpo. Entre los estudiantes de Educación Física, esta percepción puede verse influenciada por la constante exposición a estándares estéticos que pueden afectar su bienestar. **Objetivo:** Estimar la prevalencia de insatisfacción con la IC y analizar su asociación con variables sociodemográficas, actividad física y estado nutricional en universitarios de Educación Física. **Método:** Estudio transversal, descriptivo y de enfoque cuantitativo realizado con 103 estudiantes de una universidad pública de Teresina, Piauí. Se recolectaron datos sociodemográficos, antropométricos y académicos. La imagen corporal se evaluó mediante la Escala de Siluetas de Kakeshita; la actividad física, con el Cuestionario Internacional de Actividad Física; y el estado nutricional, mediante el

Índice de Masa Corporal (IMC). El análisis estadístico incluyó frecuencias absolutas y relativas y la prueba de chi-cuadrado de Pearson, considerándose significativos los valores de $p<0,05$. **Resultados:** La edad media de los participantes fue de 23,07 años ($DE \pm 4,5$), predominando el sexo femenino (54,4%) y el color de piel parda (49,5%). La prevalencia de insatisfacción con la IC fue del 74,8%, siendo el 66,2% insatisfechos por delgadez. La mayoría eran físicamente activos (59,2%) y tenían IMC normal (62,1%). La percepción de la IC mostró asociación significativa con la raza ($p=0,001$) y el IMC ($p=0,024$), mientras que la insatisfacción solo se asoció con el IMC ($p=0,000$). **Conclusión:** La elevada prevalencia de insatisfacción corporal entre estos estudiantes evidencia la necesidad de promover reflexiones críticas sobre este tema a lo largo de la carrera.

Palabras clave: imagen corporal, estudiantes universitarios, educación física.

PERCEPTION DE L'IMAGE CORPORELLE CHEZ LÈS ÉTUDIANTS EN ÉDUCATION PHYSIQUE

Résumé

Introduction: L'image corporelle (IC) est un phénomène multidimensionnel qui désigne la perception qu'a un individu de son propre corps. Chez les étudiants en Éducation Physique, cette perception peut être influencée par l'exposition constante à des standards esthétiques qui peuvent compromettre leur bien-être. **Objectif:** Estimer la prévalence de l'insatisfaction corporelle et analyser son association avec les variables sociodémographiques, l'activité physique et l'état nutritionnel chez les étudiants en Éducation Physique. **Méthode:** Il s'agit d'une étude transversale, descriptive et quantitative réalisée auprès de 103 étudiants d'une université publique de Teresina, Piauí. Les données sociodémographiques, anthropométriques et académiques ont été recueillies. L'image corporelle a été évaluée à l'aide de l'Échelle des silhouettes de Kakeshita ; l'activité physique, à l'aide du Questionnaire International d'Activité Physique; et l'état nutritionnel, par l'Indice de Masse Corporelle (IMC). L'analyse statistique a inclus les fréquences absolues et relatives, et le test du chi carré de Pearson, en considérant significatif $p<0,05$. **Résultats:** L'âge moyen des participants était de 23,07 ans ($ET \pm 4,5$), avec une prédominance féminine (54,4 %) et de couleur de peau brune (49,5 %). La prévalence de l'insatisfaction corporelle était de 74,8 %, dont 66,2 % insatisfaits par la maigreur. La majorité était physiquement active (59,2 %) et avait un IMC normal (62,1 %). La perception de l'image corporelle a montré une association significative avec la race ($p=0,001$) et l'IMC ($p=0,024$), tandis que l'insatisfaction n'était associée qu'à l'IMC ($p=0,000$). **Conclusion:** La forte prévalence de l'insatisfaction corporelle parmi ces étudiants souligne la nécessité de promouvoir des réflexions critiques sur ce thème au cours de la formation universitaire.

Mots-clés: Image corporelle, étudiants universitaires, éducation physique.

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Resumo

Introdução: A imagem corporal (IC) é um fenômeno multidimensional, que se refere à percepção que um indivíduo tem do próprio corpo. Entre acadêmicos de Educação Física, essa percepção pode ser influenciada pela constante exposição a padrões estéticos que podem comprometer o seu bem-estar. **Objetivo:** Estimar a prevalência de insatisfação com a IC e analisar sua associação com variáveis sociodemográficas, atividade física e estado nutricional em universitários de Educação Física. **Método:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, realizado com 103 estudantes de uma universidade pública de Teresina-PI. Foram coletados dados sociodemográficos, antropométricos e acadêmicos. A imagem corporal foi avaliada por meio da Escala de

Silhuetas de Kakeshita; a atividade física, pelo Questionário Internacional de Atividade Física; e o estado nutricional, pelo Índice de Massa Corporal (IMC). Para análise estatística utilizou-se frequência absoluta e relativa, e teste qui-quadrado de Pearson, sendo considerados significativos valores de $p < 0,05$. **Resultados:** A média da idade dos participantes foi de 23,07 anos ($DP \pm 4,5$), com predominância do sexo feminino (54,4%) e da cor parda (49,5%). A prevalência de insatisfação com a IC foi 74,8%, sendo 66,2% insatisfeitos por magreza. A maioria era fisicamente ativa (59,2%) e com IMC normal (62,1%). A percepção da IC apresentou associação significativa com raça ($p=0,001$) e IMC ($p=0,024$), enquanto a insatisfação esteve associada apenas ao IMC ($p=0,000$). **Conclusão:** A elevada prevalência de insatisfação corporal entre os estudantes evidencia a necessidade de promover reflexões críticas sobre essa temática ao longo da graduação.

Palavras-chave: imagem corporal, universitários, educação física.

Introdução

A distorção da imagem corporal (IC) é um problema global e recorrente, capaz de acarretar consequências prejudiciais à saúde física e mental dos indivíduos (Aguiar, 2022). A IC é descrita como a incorporação e percepção que um indivíduo tem em relação ao seu tamanho, forma e aparência do próprio corpo (Cardoso *et al.*, 2020). Essa representação mental é um fenômeno multidimensional e está condicionada a fatores biofísicos, psicológicos, ambientais, comportamentais e culturais (Fedatto, 2011).

Atualmente, a percepção da IC é fortemente afetada pelas pressões sociais que os meios de comunicação e as redes sociais que disseminam modelo de corpo ideal muitas vezes inatingíveis (Santos & Golçalves, 2020). A frustração frente a esses padrões pode influenciar a insatisfação com a IC, principalmente dos jovens universitários que estão cada vez mais hiperconectados e imersos nas mídias sociais (Silva, Japur, & Penaforte, 2021). Estudos têm revelado elevados índices de insatisfação com a IC nessa população (Barreto *et al.*, 2019; Hein *et al.*, 2023; Lôbo *et al.*, 2020).

O ingresso na universidade é um período marcado por grandes transformações que incluem desafios acadêmicos, mudanças na rotina e adaptação ao novo contexto social. Muitos ingressantes ainda precisam lidar com as alterações biológicas e psicossociais decorrentes do processo de transição da adolescência para a vida adulta. E os impactos da inserção a essa nova realidade tornam os estudantes mais vulneráveis às pressões estéticas exercidas pela sociedade (Souza & Alvarenga, 2016).

Nesse contexto, os universitários dos cursos da saúde estão especialmente expostos à expectativa social de representarem um modelo de “saúde ideal”. Tal expectativa pode torná-los mais suscetíveis a transtornos de IC e distúrbios alimentares (Souza & Alvarenga, 2016; Frank *et al.*, 2016). A problemática pode estar associada à ideia desse parâmetro agregar valor pessoal na carreira profissional, o que contribui para aumentar a pressão em seguir os padrões corporais (Bento *et al.*, 2016).

Os universitários de Educação Física (EF) demonstram níveis mais elevados de insatisfação com a IC em comparação aos demais cursos da saúde, possivelmente pela associação entre corpo, saúde e estética corporal (Frank *et al.*, 2016). Muitas vezes, a aparência física desses futuros profissionais é equivocadamente utilizada como critério de credibilidade e competência, reforçando estereótipos e contribuindo para a busca por um corpo ideal, muitas vezes inalcançável (Santos & Gonçalves, 2020).

De acordo com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS), a prática regular de atividades físicas pode beneficiar a saúde física e mental, contribuindo assim para a promoção do bem-estar geral da população (Camargo & Añez, 2020). A busca pela estética corporal é apontada como um dos motivos que influenciam os indivíduos a praticarem atividades físicas, e muitos que se encontram insatisfeitos com a IC recorrem à prática de exercícios físicos para mudar as formas e proporções do corpo (Macedo *et al.*, 2019).

Flores *et al.* (2020) realizaram um estudo que investigou a associação entre a percepção da IC com a prática de AF e verificaram que os indivíduos fisicamente ativos, de ambos os性os apresentaram maior satisfação com a IC. Evidências também apontam que o sexo feminino apresenta níveis mais elevados de insatisfação pelo excesso de peso, enquanto os homens manifestam maior insatisfação pela magreza (Frank *et al.*, 2016; Souza *et al.*, 2020).

A forma como os indivíduos percebem o próprio corpo pode ser influenciada pelo peso corporal, haja vista os padrões de beleza estabelecidos socialmente. Dessa forma, o estado nutricional surge como um fator significativo para compreender a percepção da IC. Estudo realizado por Do Prado, Adami e Brunch-Bertani (2022) com universitários da área da saúde identificou associação significativa entre a insatisfação corporal e o estado nutricional. Resultado semelhante foi encontrado por Farias e Maciel (2023) em pesquisa com estudantes de Educação Física.

Diante desse cenário, torna-se fundamental promover investigações que contribuam para a discussão sobre IC entre estudantes de EF. Esses futuros profissionais atuarão diretamente com saúde, estética e, consequentemente, com a IC de si e de outros. Compreender como esses estudantes percebem o próprio corpo e lidam com essa percepção é essencial, considerando que, além de enfrentarem suas próprias inseguranças, estarão em contato com pessoas que podem apresentar transtornos relacionados à autoimagem.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi avaliar a percepção da IC e sua associação com os fatores sociodemográficos, atividade física e estado nutricional em universitários de Educação Física de uma universidade pública estadual.

Métodos

Trata-se de um estudo descritivo, de corte transversal e abordagem quantitativa, com estudantes dos cursos de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física de uma universidade pública estadual de Teresina-PI. Foram considerados elegíveis todos os alunos que estavam presentes em sala de aula no dia da coleta e que aceitaram participar espontaneamente, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados ocorreu no mês de maio de 2023. Inicialmente, foram realizados contatos prévios com os professores de todas as turmas dos cursos, tendo em vista a autorização para entrada nas salas de aula. Nos dias e horários agendados, as pesquisadoras informaram aos estudantes sobre o objetivo do estudo, os instrumentos de coleta de dados e a relevância da pesquisa. A amostra final foi composta por 103 estudantes que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa por meio da assinatura do TCLE.

Cada participante do estudo respondeu um questionário *online*, produzido no Google Formulário, com informações divididas em três seções: I) aspectos sociodemográficos, dados antropométricos e acadêmicos; II) avaliação da imagem corporal; e III) avaliação da atividade física. Para avaliação da IC, utilizou-se a escala de silhuetas de Kakeshita *et al.* (2009), que contém 15 figuras femininas e 15 masculinas. Na análise da IC, os resultados foram classificados como satisfeito quando a silhueta real era igual à silhueta ideal, e insatisfeito quando a silhueta real era diferente da ideal, sendo classificado ainda em insatisfeito pela magreza - silhueta real menor que a silhueta ideal - e insatisfeito pelo excesso de peso - silhueta real maior que a silhueta ideal.

Para a estimativa da atividade física, utilizou-se o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) - versão curta. Este questionário é um dos métodos mais utilizados para avaliar o nível de atividade física da população mundial, o instrumento foi proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e validado no Brasil por Matsudo *et al.* (2001). Na análise dos dados, optou-se pela classificação em duas categorias: ativo e insuficientemente ativo, considerando o ponto de corte de 150 minutos de atividades físicas semanais, conforme previsto pela OMS (Camargo & Añez, 2020).

Para avaliação do estado nutricional, utilizou-se as medidas autorreferidas de massa corporal e estatura para obtenção do Índice de Massa Corporal (IMC), que é um indicador antropométrico resultante do quociente da massa corporal pelo quadrado da estatura, muito utilizado em estudos epidemiológicos (Oliveira *et al.*, 2012). Para análise do estado nutricional adotou-se os pontos de corte da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000). Nesse estudo, os participantes foram considerados com excesso de peso quando apresentavam sobrepeso ou obesidade.

A análise estatística dos dados foi realizada no Programa R Project for Statistical Computing, versão 3.5.0. Inicialmente, na análise descritiva, foram verificadas as frequências

absolutas e relativas das variáveis qualitativas, e média e desvio padrão das medidas quantitativas. Em seguida, utilizou-se o teste Qui-quadrado e Exato de *Fischer* para verificar associações entre as variáveis qualitativas. Considerou-se o nível de significância de $p \leq 0,05$ em todas as análises. O estudo obedeceu aos preceitos éticos das pesquisas com seres humanos, preconizados pela resolução do Conselho Nacional de Saúde 466/12.

Resultados

Participaram do estudo 103 estudantes dos cursos de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física, com idade média de 23,07 ($\pm 4,15$); a maioria do sexo feminino (54,4%), de raça/cor da pele parda (49,5%) e renda familiar de até 1,5 salários-mínimos (51,5%). Em relação a atividade física e estado nutricional, 59,2% dos estudantes foram considerados ativos e 62,1% tinham IMC normal.

Tabela 1 Características sociodemográficas, estado nutricional e nível de atividade física de estudantes de Educação Física de uma universidade pública do Piauí, Teresina – PI, 2023

Variáveis	Amostra total (n=103)	
	n	%
Sexo		
Feminino	56	54,4
Masculino	47	45,6
Raça/cor da pele		
Amarela	3	2,9
Branca	23	22,3
Parda	51	49,5
Preta	26	25,2
Renda		
Até 1,5 salários-mínimos	53	51,5
De 1,5 a 3 salários-mínimos	31	30,1
De 3 a 4,5 salários-mínimos	13	12,6
>4,5 salários-mínimos	6	5,83
Curso de Educação Física		
Bacharelado	53	51,5
Licenciatura	50	48,5
Estado nutricional		
Baixo peso	10	9,7
Peso normal	64	62,1
Excesso de peso	29	28,2
Atividade física		
Insuficientemente ativos	42	40,8
Ativos	61	59,2

n: Número de pessoas da amostra

Os dados da figura 1 mostram que 74,8% dos estudantes dos cursos de Educação Física estavam insatisfeitos com sua própria imagem corporal, ou seja, apresentavam o

desejo de ter uma silhueta diferente da atual. E destes, 66,2% estavam insatisfeitos pela magreza, o que revela que desejavam ter uma silhueta maior.

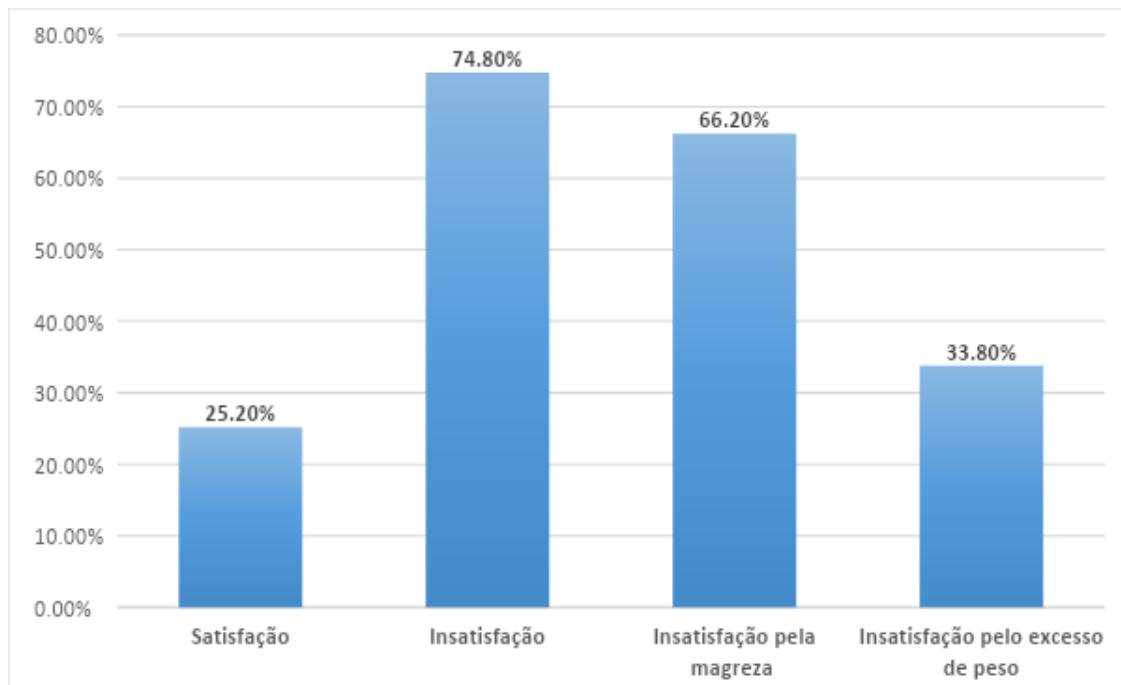


Figura 1 Percepção da imagem corporal e insatisfação por magreza e excesso de peso de universitários dos cursos de Educação Física de uma universidade pública estadual, Teresina, PI-2023.

Os dados da tabela 2 revelam que houve associação estatisticamente significativa quando comparado os dados da satisfação com a IC e o estado nutricional ($p=0,024$) e a variável sociodemográfica raça/cor da pele ($p=0,001$). Isso mostra que os estudantes com excesso de peso e os pardos estavam mais insatisfeitos com sua IC.

E quando comparados somente os dados dos estudantes insatisfeitos com sua IC, seja pela magreza ou por excesso de peso, houve associação estatisticamente significativa apenas com o estado nutricional ($P= 0,000$), conforme apresentado na tabela 2.

Discussão

Este estudo apresenta como um de seus principais achados a elevada prevalência de insatisfação com IC entre os universitários de Educação Física. Aproximadamente três quartos dos participantes apresentaram o desejo de ter uma silhueta corporal diferente daquela que percebem ter. Santos *et al.* (2021), em estudo com 1.570 universitários da área da saúde, observaram prevalência de insatisfação com a IC em 76,9% dos participantes. De forma semelhante, Hein (2020), ao avaliar estudantes de Educação Física, verificou que 23,2% dos universitários estavam satisfeitos com sua imagem.

Tabela 2 Associação da percepção e insatisfação com a imagem corporal com as características sociodemográficas, estado nutricional e nível de atividade física de universitários dos cursos de Educação Física de uma universidade pública estadual, Teresina, PI-2023.

Variáveis	Amostra total (n=103)		Insatisfação			
	Satisfi- to (%)	Insatisfi- to (%)	P-valor	Magreza	Excesso de peso	P- Valor
Sexo						
Feminino	(21,4)	(78,6)	0,331	(61,4)	(38,6)	0,297
Masculino	(29,8)	(70,2)		(72,7)	(27,3)	
Raça/cor da pele						
Amarela	-	(100)	0,001*	(66,7)	(33,3)	
Branca	(17,4)	(82,6)		(68,4)	(31,6)	0,638
Parda	(15,7)	(84,3)		(69,8)	(30,2)	
Preta	(53,8)	(46,15)		(50,0)	(50,0)	
Renda						
Até 1,5 salários-mínimos	(32,1)	(67,9)	0,426	(66,7)	(33,3)	
De 1,5 a 3 salários- mínimos	(19,3)	(80,65)		(72,0)	(28,0)	
De 3 a 4,5 salários- mínimos	(15,4)	(84,6)		(45,45)	(54,55)	0,404
>4,5 salários-mínimos	(16,7)	(83,3)		(80,0)	(20,0)	
Curso de Educação Física						
Bacharelado	(24,0)	(75,5)	0,864	(62,5)	(37,5)	0,471
Licenciatura	(26,0)	(74,0)		(70,3)	(29,7)	
Bloco						
Ingressantes ^a	(31,4)	(68,6)	0,156	(68,6)	(31,4)	0,692
Concluintes ^b	(19,2)	(80,8)		(64,3)	(35,7)	
Estado nutricional						
Baixo peso	(10,0)	(90,0)	0,024*	(100,0)	-	0,000
Peso normal	(34,4)	(65,6)		(83,3)	(16,7)	*
Excesso de peso	(10,3)	(89,7)		(26,9)	(73,1)	
Atividade física						
Insuficientemente ativos	(21,4)	(78,6)	0,460	(72,7)	(27,3)	
Ativos	(27,9)	(72,1)		(61,4)	(38,6)	0,297

^aDiscentes do 1º, 2º e 3º bloco, ^b Discentes do 7º e 8º bloco *Nível de significância P-Valor <0,05

Por outro lado, Farias e Maciel (2023) encontraram índice de insatisfação de 36% entre estudantes de bacharelado em Educação Física. A divergência pode ser atribuída ao instrumento utilizado para avaliação da IC, já que o Body Shape Questionnaire (BSQ) permite

uma avaliação mais detalhada da insatisfação corporal, abrangendo diferentes aspectos da percepção corporal.

A literatura atual tem evidenciado um predomínio da insatisfação corporal entre estudantes universitários, o que corrobora os achados do presente estudo. Silva *et al.* (2019), ao avaliarem 348 universitários, verificaram que a maioria, de ambos os sexos, apresentou insatisfação com a IC. Lôbo *et al.* (2020), identificaram que 91% das mulheres e 78% dos homens participantes demonstraram insatisfação com sua IC.

De maneira geral, pesquisas com acadêmicos da área da saúde demonstram que esse grupo é mais suscetível a transtornos relacionados à autoimagem, em virtude das pressões estéticas sociais (Do Prado, Adami, & Bruch-Bertani, 2022; Barreto *et al.*, 2019). Barreto *et al.* (2019), por exemplo, observaram que apenas 24,5% dos estudantes dos cursos de saúde da Universidade Federal do Pará (UFPA) estavam satisfeitos com sua autoimagem.

Os achados do presente estudo, em consonância com a literatura, evidenciam associação significativa entre a IC e o estado nutricional. Estudantes com baixo peso ou excesso de peso apresentaram maior propensão à insatisfação com a IC (Oliveira, Girotto, & Guidoni, 2022). Observou-se que todos os universitários com baixo peso, e a maior parte dos eutróficos, estavam insatisfeitos por se considerarem magros, enquanto os com excesso de peso demonstraram insatisfação por estarem acima do peso ideal.

Diversos estudos apontam o estado nutricional como um fator relevante na percepção corporal dos indivíduos. Silva *et al.* (2019) identificaram associação significativa entre a insatisfação corporal e o estado nutricional. Resultados semelhantes foram encontrados por Alcantara-Silva *et al.* (2021), que observaram distorções na autoimagem corporal relacionadas ao peso corporal em uma amostra de 432 universitários.

Cardoso *et al.* (2020) sugerem que há uma pressão social para que estudantes da área da saúde apresentem boa aparência física, visto que o corpo "adequado" é associado à competência profissional. Essa expectativa pode comprometer a qualidade de vida desses estudantes ao longo de sua formação.

Em relação às características sociodemográficas, apenas a variável raça/cor da pele apresentou associação significativa com a IC. Nesse estudo, os participantes que se autodeclararam amarelos, pardos e brancos foram os mais insatisfeitos. Duarte *et al.* (2020), ao avaliarem 248 universitários de Educação Física da Universidade Estadual de Montes Claros – MG, constataram que, apesar da ausência de significância estatística, 66,5% dos estudantes não brancos e 68,4% dos brancos relataram insatisfação com a IC.

Em cursos nos quais a estética corporal assume papel central, como a Educação Física, a insatisfação tende a ser mais acentuada. Nesse contexto, estudantes de Educação Física podem ser considerados grupo de risco para o desenvolvimento de insatisfação corporal (Lima *et al.*, 2020). O corpo do profissional é frequentemente percebido como reflexo de sua

competência, o que justifica a preocupação dos estudantes com sua aparência física e os altos índices de insatisfação observados.

Este estudo não encontrou associação significativa entre (in)satisfação corporal e o nível de atividade física dos participantes. Hein *et al.* (2023) também não identificaram essa relação em seu estudo com 352 participantes. Apesar de apresentarem níveis adequados de atividade física, a insatisfação corporal foi elevada, assim como neste estudo. Em contrapartida, Souza *et al.* (2020) verificaram associação significativa entre satisfação corporal e prática de atividade física.

Vale destacar que mais da metade dos participantes da presente pesquisa foi considerada suficientemente ativa. Da Silva *et al.* (2021), em revisão sistemática, apontaram prevalência de 71,5% a 100% de estudantes fisicamente ativos nos cursos de Educação Física, reforçando o comportamento ativo dessa população.

A prática de atividade física está frequentemente associada à melhora na satisfação corporal, pelos múltiplos benefícios à saúde. Atualmente, a estética representa uma das principais motivações para a prática de exercícios físicos. Indivíduos insatisfeitos com sua autoimagem tendem a recorrer ao exercício físico com o objetivo de alterar suas formas e proporções corporais, seja para emagrecer ou ganhar massa muscular (Macedo *et al.*, 2019).

Os resultados deste estudo sugerem que o desejo de possuir uma silhueta diferente da atual contribui diretamente para a insatisfação com a IC. Contudo, é importante reconhecer limitações, como o uso de questionários autoaplicáveis, que podem comprometer a fidedignidade das respostas. Além disso, o IMC, embora amplamente utilizado por ser rápido e de baixo custo, não distingue a massa corporal magra da gordura corporal. Métodos mais precisos de avaliação da composição corporal poderiam fornecer dados mais acurados. Outra limitação refere-se a amostra, composta por estudantes de apenas uma única instituição pública de ensino superior, o que reduz a possibilidade de generalização dos achados. Apesar disso, os instrumentos utilizados são validados e amplamente empregados em estudos similares.

Apesar das limitações, este estudo contribui significativamente para o debate sobre a IC no contexto universitário, além de subsidiar o planejamento de estratégias de intervenção e prevenção de transtornos voltados à promoção da saúde e do bem-estar de estudantes e futuros profissionais de Educação Física. A investigação da percepção da IC e de seus fatores associados mostra-se fundamentais para o desenvolvimento de ações efetivas no enfrentamento das pressões estéticas sociais.

Conclusão

A prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre universitários do curso de Educação Física foi elevada em ambos os sexos, com maior ocorrência de insatisfação

relacionada à magreza. A percepção da IC apresentou associação estatisticamente significativa com as variáveis raça/cor da pele e estado nutricional, enquanto a insatisfação apresenta associação apenas com o estado nutricional.

Diante desses achados, são necessárias novas investigações que explorem a relação entre IC, raça/cor da pele e outros fatores psicossociais que possam influenciar a insatisfação corporal. Além disso, recomenda-se que estratégias de promoção da saúde no contexto universitário considerem a inclusão de ações reflexivas e educativas voltadas à valorização da diversidade corporal e ao enfrentamento das pressões sociais.

Declaração de conflito de interesses

Não há nenhum conflito de interesses no presente estudo.

Referências

- Aguiar, D. C. (2022). Distorção da imagem corporal e transtornos alimentares em estudantes universitários da área da saúde (Trabalho de Conclusão de Curso, Centro Universitário UNIFASIPÉ).
- Alcantara-Silva, L. R., *et al.* (2021). Relação entre imagem corporal e estado nutricional de universitários. *Revista de Psicología* (Santiago), 30(2), 1–9.
- Barreto, J. T. T., *et al.* (2019). Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém-PA. *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 13(77), 120–128.
- Bento, K. M., *et al.* (2016). Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional em universitárias de Petrolina-PE. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 20(3), 197–202.
- Brasil. (2013). Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. <http://bit.ly/1mTMIS3>
- Camargo, E. M., & Añez, C. R. R. (2020). Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário: Num piscar de olhos. Organização Mundial da Saúde.
- Cardoso, L., *et al.* (2020). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69, 156–164.
- Da Silva, V. T., *et al.* (2021). Nível de atividade física de estudantes de educação física no Brasil: Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 26, 1–8.

Do Prado, K. G., Adami, F. S., & Bruch-Bertani, J. P. (2022). Comportamento alimentar, estado nutricional e insatisfação corporal de universitários da área da saúde. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, 16(100), 127–136.

Duarte, G. E., Duarte, M. R., de Souza, N. A., Lisboa, R. F., & Rocha, J. S. B. (2020). Percepção da imagem corporal de acadêmicos de educação física da Universidade Estadual de Montes Claros-MG. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 14(84), 89-96.

Farias, G. S., & Maciel, L. D. S. (2023). Imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitários do curso de educação física. *Integrare: Revista Científica da Faculdade Estácio de Teresina*, 1(1).

Fedatto, L. (2011). Perfil antropométrico e percepção da imagem corporal em mulheres praticantes de atividade física de uma academia da cidade de Chapecó, SC (Monografia de Especialização, Universidade Comunitária da Região de Chapecó).

Flores, P., et al. (2020). Influência da atividade física na percepção da imagem corporal. *Motricidade*, 16(3), 265–273.

Frank, R., et al. (2016). Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65, 161–167.

Hein, A. P. (2020). Nível de atividade física, estado nutricional, riscos de doenças cardiovasculares e imagem corporal em universitários de educação física.

Hein, A. P., et al. (2023). Imagem corporal, nível de atividade física e estado nutricional de universitários de educação física. RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, 17(103), 109–118.

Kakeshita, I. S., et al. (2009). Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 25, 263–270.

Lima, F. Évelin B., Coco, M. A., Ramos, A. C., Grande, A. de F., Lima, W. F., & Lima, S. B. da S. (2020). Percepção da imagem corporal em universitários de educação física. RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento, 14(87), 608-616. Recuperado de <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1329>

Lôbo, I. L. B., et al. (2020). Percepção da imagem e satisfação corporal em estudantes universitários. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 22, e70423.

Macedo, J. L., *et al.* (2019). Prevalência de insatisfação corporal em praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 13(81), 617–623.

Matsudo, S., *et al.* (2001). Questionário internacional de atividade física (IPAQ): Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 5–18.

Oliveira, J. S. A., Girotto, E., & Guidoni, C. M. (2022). Relação entre o peso corporal e a insatisfação com a imagem corporal entre estudantes universitários. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 46(2), 39-50.

Oliveira, L. P. M. D., Queiroz, V. A. D. O., Silva, M. D. C. M. D., Pitangueira, J. C. D., Costa, P. R. D. F., Demétrio, F., ... & Assis, A. M. O. (2012). Índice de massa corporal obtido por medidas autorreferidas para a classificação do estado antropométrico de adultos: estudo de validação com residentes no município de Salvador, estado da Bahia, Brasil. *Epidemiologia e serviços de saúde*, 21(2), 325-332.

Organização Mundial da Saúde. (2000). *Obesidade: prevenção e manejo da epidemia global* (Relatório de uma Consulta da OMS, Série de Relatórios Técnicos, nº 894). Organização Mundial da Saúde.

Santos, M. M., *et al.* (2021). Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70, 126–133.

Santos, M. S., & Gonçalves, V. O. (2020). Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física. *Itinerarius Reflectionis*, 16(3), 1–18.

Silva, A. F. S., Japur, C. C., & Penaforte, F. R. O. (2021). Repercussões das redes sociais na imagem corporal de seus usuários: Revisão integrativa. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 36.

Silva, L. P. R., *et al.* (2019). Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: Um estudo em jovens estudantes universitários. *Einstein* (São Paulo), 17.

Souza, A. C., & Alvarenga, M. D. S. (2016). Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários: Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65, 286–299.

Souza, M. B., *et al.* (2020). Satisfação com a imagem corporal de estudantes de educação física. *Caderno Científico UNIFAGOC de Graduação e Pós-Graduação*, 5(1).