

Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza

Body image evaluation of Nutrition students a private college of Fortaleza

Yngrid Emanuely Rodrigues Bandeira¹, Ana Luiza de Rezende Ferreira Mendes¹,
Ana Carolina Montenegro Cavalcante¹, Soraia Pinheiro Machado Arruda²

RESUMO

Objetivos: Avaliar a imagem corporal e identificar os mais diversos tipos de distorção de imagem corporal. **Métodos:** O presente estudo é de natureza quantitativa, com delineamento transversal, e foi realizado em um centro universitário de Fortaleza – CE. A coleta de dados foi realizada no período de abril a maio de 2015. A amostra foi composta por 300 estudantes do curso de Nutrição, do sexo feminino, com idade variando de 17 a 51 anos. Foram utilizados na pesquisa o *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e uma ficha de avaliação na qual foram aferidos peso e altura atual. As estudantes referiram o peso e a altura que elas almejavam, se eram praticantes de atividade física e a frequência dessa prática, para identificar também outros possíveis transtornos. **Resultados:** A amostra foi de 300 estudantes, tendo como média de idade 25,45 anos ($\pm 6,60$). O escore médio do BSQ foi de 81,43 pontos ($\pm 30,45$), correspondendo à preocupação leve com a imagem corporal. O valor médio do IMC foi de 22,90 kg/m² ($\pm 3,15$). Foi observado também que as estudantes, apesar de estarem em sua maioria com peso e altura adequados, queriam ser mais magras e altas (peso almejado = 57,39 kg; altura almejada = 1,63m). **Conclusão:** Os resultados evidenciam que as estudantes desse grupo apresentam o desejo de ser mais magras e mais altas, mesmo estando em um padrão eutrófico de estado nutricional. Quando se trata de estudantes de Nutrição, esse estudo possui impacto maior, pois elas exercerão papel de cuidadoras de seus pacientes.

Palavras-chave

Imagem corporal,
transtorno alimentar,
saúde mental.

ABSTRACT

Objectives: Assessing body image and identifying the various types of body image distortion. **Methods:** This research is quantitative, with cross-sectional design and it was held in a University Center of Fortaleza (Ceará). Data collection was conducted from April to May of 2015. The sample consisted of 300 undergraduate students of Nutrition, female, aged 17-51 years. Body Shape Questionnaire (BSQ) and an evaluation sheet were used to measured current weight and height. The students reported their weight and height that they craved, if they were physically active and the frequency of this activity as a way to identify other possible disturbances. **Results:** The sample consisted of 300 students, with the mean age 25.45 years (± 6.60). The average score of the BSQ was 81.43 points (± 30.45), corresponding to mild concern with body image. The current average BMI was 22.90 kg/m² (± 3.15). It was observed

Recebido em
19/7/2015
Aprovado em
28/3/2016

1 Centro Universitário Estácio do Ceará.
2 Universidade Estadual do Ceará (UECE).

Endereço para correspondência: Ana Carolina Montenegro Cavalcante
Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, CE, Brasil
E-mail: carolyna4481@hotmail.com

Keywords

Body image, eating disorders, mental health.

that the students, although they are mostly with suitable weight and height, they wanted to be thinner and taller (desired weight = 57.39 kg, desired height = 1.63 m). **Conclusion:** The results evidence that the group would like to be thinner and taller even presenting eutrophic nutritional status. When it comes from Nutrition students this study has an important impact because they will become healthcare professionals.

INTRODUÇÃO

O profissional de Nutrição tem papel fundamental para a conscientização sobre a alimentação saudável, sendo fortemente cobrado pela sociedade a ter um corpo e uma alimentação ideais segundo os padrões atuais. A análise da autoimagem corporal em estudantes de nutrição é de grande interesse, dada sua importância na equipe de profissionais que atuam no manejo dos transtornos do comportamento alimentar, bem como sua notável função no cuidado da saúde e alimentação, em especial nas práticas de promoção à saúde¹.

Os transtornos alimentares (TAs) são transtornos psiquiátricos, e seus portadores são caracterizados por apresentarem desvio de padrão no comportamento alimentar e distorção da imagem corporal, que causam severo prejuízo à saúde deles, como: alterações físicas, endócrinas, pulmonares, renais, cardíacas, hematológicas, hidroeletrólíticas e ósseas, complicações metabólicas, entre outros. São patologias que geralmente apresentam suas primeiras manifestações na infância e adolescência. Os TAs têm crescido de forma significativa, diferente da realidade de décadas atrás, atingindo em sua maioria mulheres².

Atualmente, eles ocorrem em vários contextos e classes sociais. Vale ressaltar que esses transtornos não têm uma única causa; seu desenvolvimento está relacionado a fatores biológicos, psicológicos e socioculturais³.

Como fatores biológicos, podem-se ressaltar marcadores genéticos dos indivíduos que apresentam algum transtorno alimentar, os quais tendem a ter histórico familiar de depressão profunda, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e/ou ansiedade, ou seja, o componente genético se mostra bastante presente na manifestação dos TAs e outros transtornos psiquiátricos⁴.

Quando se trata de fatores psicológicos, a literatura mostra que os pais desempenham papel importante em influenciar o desenvolvimento de comportamentos alimentares saudáveis em seus filhos. O relacionamento positivo com os pais esteve associado a comportamentos alimentares mais saudáveis. Indivíduos que se sentiam próximos dos pais relataram menor preocupação com o peso e com a alimentação durante a juventude. Portanto, deve-se ressaltar a importância de um bom vínculo familiar⁵.

Como fatores socioculturais, observa-se na mídia que ser magro é sinal de felicidade e de *status*. A mídia passou a exercer papel predominante em determinar o que é belo e o

tipo ideal de corpo. Assim, a magreza, padrão estético ditado pelos meios de comunicação, tornou-se o desejo de muitos jovens, principalmente mulheres. E essa nova era de busca intensa pelo padrão de beleza ideal e de crescimento tecnológico trouxe como efeito a emergência de transtornos alimentares como anorexia e bulimia nervosas, que serão os dois transtornos abordados neste trabalho, por se tratar de psicopatologias que atingem um perfil comum, com tendência ao gênero feminino⁶.

A anorexia nervosa (AN) caracteriza-se por significativa perda de peso em consequência de dieta restritiva na busca incessante pela magreza. A AN geralmente se inicia com uma dieta, em decorrência da grande insatisfação, quase sempre injustificável, com o peso e com a imagem corporal. Os alimentos restringidos pelos portadores de AN são aqueles que eles julgam mais calóricos ou não saudáveis. Com a evolução do transtorno, o indivíduo vai restringindo o número de refeições gradualmente, podendo jejuar durante um dia inteiro ou até mesmo por dias⁷.

A bulimia nervosa (BN) consiste em episódios repetidos de compulsão alimentar, seguida por métodos compensatórios que o sujeito julga adequados para auxiliar na perda de peso, por exemplo: indução de vômitos, uso de laxantes, diuréticos e enemas, prática de jejum e realização de exercícios físicos excessivos⁸.

A imagem corporal é a figura de nosso próprio corpo, a qual formamos em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual ele se apresenta para nós mesmos ou como o vivenciamos. O termo "imagem corporal" refere-se a uma figura, que se tem na mente, de tamanho, imagem e forma de nossa estrutura física, expressando também sentimentos relacionados a essas características, bem como as partes que a constituem. A insatisfação com o corpo tem sido frequentemente associada à disparidade entre a percepção e o desejo relativo a um tamanho e a uma forma corporal⁹.

Partindo do pressuposto de que comportamentos alimentares alterados estão cada vez mais presentes no perfil dos jovens da atual sociedade, destaca-se a necessidade de acompanhamento e prevenção desses transtornos e suas comorbidades, a fim de que possa ser minimizada sua incidência. Em se tratando de acadêmicos do curso de Nutrição, este estudo tem maior relevância por avaliar futuros profissionais, que, apesar de terem experiência nesse assunto, se estiverem na condição de cuidadores adoecidos, poderão encontrar dificuldades na construção do diagnóstico, obscurecido pela distorção da autoimagem do profissional¹.

Este trabalho teve como principais objetivos a avaliação da imagem corporal e a identificação dos mais diversos tipos de distorção de imagem corporal, em estudantes do curso de nutrição, como forma de alertar a sociedade para o risco que esse grupo corre no desenvolvimento dos TAs.

MÉTODOS

De natureza quantitativa, com delineamento transversal, a pesquisa foi realizada em um centro universitário de Fortaleza (Ceará). A coleta de dados foi realizada entre abril e maio de 2015.

A amostra foi composta por 300 estudantes do curso de Nutrição, do sexo feminino, com idade entre 17 e 51 anos, cursando do primeiro ao oitavo semestre, que concordaram em participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O cálculo da amostra foi feito usando a fórmula da amostra finita, adotando-se o intervalo de confiança de 95%. Foram excluídos estudantes do sexo masculino, uma vez que representam minoria no curso, o que chama a atenção para um aspecto importante do fenômeno em observação, que é o sexo dos participantes.

Foi utilizado o *Body Shape Questionnaire* (BSQ), em sua versão em português (Cordás e Castilho, 1994), instrumento aplicado para avaliar o grau de insatisfação com a imagem corporal de acordo com o somatório de pontos do questionário: nenhuma insatisfação – menor ou igual a 80; insatisfação leve – entre 81 e 110; insatisfação moderada – entre 111 e 140; insatisfação grave – maior que 140.

O peso foi aferido com o indivíduo descalço e usando as roupas que vestia no momento da entrevista. A estudante foi posicionada no centro do equipamento, ereta, com os pés juntos e os braços estendidos ao longo do corpo, utilizando-se balança digital. A altura foi medida com a estudante 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 corpo¹⁰. Ambos os procedimentos foram feitos no Laboratório de Avaliação Nutricional do Centro Universitário Estácio do Ceará. As estudantes também foram questionadas com relação ao peso e à altura por elas almejados e se eram praticantes de atividade física, em qual modalidade e quantas vezes na semana, para identificar também outros possíveis transtornos. A partir dessas variáveis antropométricas, foi calculado o índice de massa corporal (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), com a qual foi estimada a insatisfação com o peso – informação complementar aos escores obtidos com a aplicação do BSQ.

A análise estatística foi realizada no programa Stata, versão 10.0. Inicialmente foi realizada uma análise descri-

tiva das variáveis, sendo as numéricas descritas em médias ou medianas e medidas de dispersão, e as categóricas, em frequências simples e percentuais. A normalidade foi testada pelo teste de Shapiro-Wilk. Para investigar os fatores associados ao BSQ, foram utilizados os testes do qui-quadrado ou exato de Fischer. O nível de significância adotado foi de 5%.

A pesquisa foi realizada de acordo com a Resolução nº 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Estácio do Ceará, sob o Parecer nº 1.115.120.

RESULTADOS

Foram avaliadas 300 alunas, com faixa etária variando entre 17 e 51 anos, sendo a média de idade de 24 anos ($\pm 6,60$).

De acordo com o IMC, verificou-se que 62 alunas (20,7%) estavam com excesso de peso, 12 alunas (4%) encontravam-se em desnutrição e 226 alunas (75,3%) estavam em estado de eutrofia.

As medidas antropométricas aferidas nas alunas apontaram média de peso de 59,10 kg ($\pm 8,88$), 1,61m (± 6) de altura e IMC de 22,90 kg/m² ($\pm 3,15$), o que foi considerado adequado. Para a avaliação do grau de satisfação com o peso e a altura, foi perguntado o peso almejado pelas estudantes, sendo constatada a diferença de 1,703 kg entre o peso aferido e o desejado, e quanto à altura, a média encontrada foi de 1,63m (± 6). Assim, pode-se concluir que as estudantes desejavam ser mais magras e mais altas do que realmente eram. O IMC almejado pelas estudantes, calculado com base no peso e altura almejados, teve valor de 21,59 kg/m², estando inferior ao calculado com base no peso e altura reais (atuais).

A avaliação do instrumento analisado mostrou que o escore médio no BSQ foi de 81,43 pontos ($\pm 30,45$), sendo o escore mínimo de 34 pontos e o escore máximo de 191 pontos, tendo sido classificado com insatisfação leve; as estudantes foram caracterizadas com 53% de não insatisfação com a imagem corporal e 47% com algum grau de insatisfação. Nesse seguimento, observamos que 11 estudantes (4%) apresentavam grave insatisfação com sua imagem corporal (Tabela 1).

Tabela 1. Insatisfação com a imagem corporal de estudantes de Nutrição – Fortaleza, CE

Classificação BSQ	Nº	%
Nenhuma insatisfação	159	53,0
Insatisfação leve	87	29,0
Insatisfação moderada	43	14,0
Insatisfação grave	11	4,0
Total	300	100,0

Como se pode ver na tabela 2, a pontuação do BSQ foi relacionada com as variáveis idade e IMC, com o intuito de, ao cruzar esses dados, achar associação entre eles e as diversas variações de autopercepção da imagem corporal. Na faixa etária menor que 20 anos, tivemos o percentual de 42,1% de insatisfação; na faixa de 20 a 40 anos, obtivemos o valor de 46,6%; e nas estudantes com mais de 40 anos, verificamos o percentual de 72,8% de algum grau de insatisfação com a imagem corporal ($p = 0,325$). Quando relacionamos o IMC real com o grau de insatisfação, foi observado que a insatisfação leve (40,3%) e moderada/grave (37,1%) foi maior nas estudantes com excesso de peso, com significância estatística ($p < 0,001$). Como se pode observar no Gráfico 1, no cruzamento de valores do IMC com a pontuação do BSQ, tivemos correlação moderada entre eles ($R: 0,46$; $p < 0,01$) com diferença estatística.

A análise da semestralidade mostrou que 121 alunas (40,3%), que cursavam os dois primeiros anos de faculdade, tiveram 49,6% de insatisfação com a imagem corporal e que 179 alunas (59,7%), as quais cursavam os dois últimos anos de faculdade, tiveram 44,3% de insatisfação com a imagem corporal. Dessa maneira, conclui-se que a predominância de alunas que possuem predisposição para o desenvolvimento de transtornos alimentares não aumenta com o avançar dos semestres ($p = 0,079$), sem diferença estatística (Tabela 3).

Denominaram-se como sedentárias as 166 estudantes que disseram não fazer nenhuma atividade física durante a semana (55,3%) e ativas as 134 estudantes que responderam afirmativamente a essa pergunta (44,7%). As estudantes que relataram fazer alguma atividade física mostraram-se mais insatisfeitas com sua imagem corporal, apresentando 55,2% de insatisfação de leve a grave quando comparadas com as estudantes não praticantes de atividade física, que apresentaram 42,8% de insatisfação com sua autoimagem ($p = 0,163$), sem diferença estatística (Tabela 4).

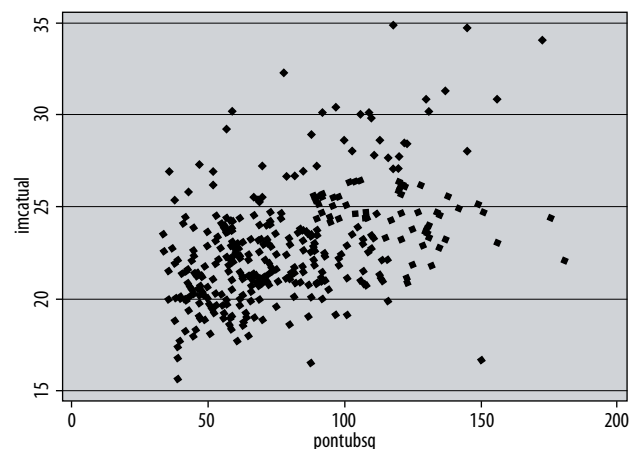


Gráfico 1. Correlação do BSQ com o IMC.

Tabela 2. Relação da faixa etária e estado nutricional com a insatisfação da imagem corporal de universitárias do curso de Nutrição – Fortaleza, CE

	Total		Normal		BSQ		Moderada/grave		p
	N	%	N	%	Leve				
					N	%	N	%	
Idade									
< 20	38	12,7	22	57,9	11	29,0	5	13,1	0,325
20 a 40	251	83,7	134	53,4	70	27,9	47	18,7	
> 40	11	3,7	3	27,3	6	54,6	2	18,2	
Total	300	100,0	159	53,0	87	29,0	54	18,0	
IMC (kg/m²)									
Baixo peso	12	4,0	10	83,4	01	8,3	01	8,3	< 0,01
Eutrofia	226	75,3	135	59,7	61	27,0	30	13,3	
Excesso	62	20,7	14	22,6	25	40,3	23	37,1	
Total	300	100,0	159	53,0	87	29,0	54	18,0	

Tabela 3. Relação do período da faculdade com a insatisfação da imagem corporal – Fortaleza, CE

	Total		Normal		BSQ		Moderada/grave		p
	N	%	N	%	Leve				
					N	%	N	%	
Ano									
1º e 2º	121	40,3	61	50,4	31	25,6	29	24,0	0,079
3º e 4º	179	59,7	98	54,7	56	31,3	25	14,0	
Total	300	100,0	159	53,0	87	29,0	54	18,0	

Tabela 4. Relação da atividade física com a insatisfação da imagem corporal – Fortaleza, CE

	BSQ								p
	Total		Normal		Leve		Moderada/grave		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Atividade física									
Sim	134	44,7	64	47,8	46	37,3	24	17,9	0,163
Não	166	55,3	95	57,2	41	24,7	30	18,1	
Total	300	100,0	159	53,0	87	29,0	54	18,0	

DISCUSSÃO

O conceito formado em nosso cérebro do tamanho e forma do nosso corpo é definido como imagem corporal, sendo esta influenciada por elementos diversos que englobam o contexto familiar, cultural, histórico, biológico, social e individual. Nossa autoimagem passa por muitas modificações de acordo com as etapas de nossa vida e sofre influências externas, principalmente no período da adolescência, época em que é comum o início da vida acadêmica^{11,15,17,18}.

O presente artigo teve como objetivo a identificação do grau de insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição do sexo feminino, já que fazem parte de um grupo de pessoas inseridas num contexto em que há pressão social para a manutenção de hábitos de vida saudáveis e aparência corporal dentro dos padrões exigidos pela sociedade, sendo assim um grupo de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares⁹.

Comparando-se os valores do IMC real (22,90 kg/m²) e do IMC desejado/almejado (21,59 kg/m²), pôde-se constatar que, mesmo estando eutróficas com relação a esse parâmetro, as estudantes quiseram ter IMC menor do que o real, corroborando o estudo feito por Bosi *et al.*¹, em que estudantes do curso de Nutrição do estado do Rio de Janeiro que tinham IMC médio relatado de 20,8 kg/m² (de acordo com peso e altura referidos pelas alunas) desejavam ter IMC igual a 20,1 kg/m².

O mesmo estudo apontou que as estudantes tinham a média de peso referido no valor de 55,8 kg e a de peso desejado no valor de 53,8 kg. O mesmo fenômeno pode ser observado no presente estudo, em que as estudantes avaliadas tinham média de peso real de 59,1 kg e de peso almejado de 57,4 kg, concluindo, assim, que essas meninas desejam ser mais magras do que realmente são, apesar de a média estar dentro da normalidade. O mesmo evento pode ser observado com os valores de altura real e altura almejada, em que as estudantes tiveram média de 1,61 m (±6) de altura real e de 1,63 m (±6) de altura almejada, reforçando a ideia de que o peso desejado, menor que o aferido (atual), e a altura almejada, maior que a aferida, nos levam a presumir uma grande intervenção do imaginário quanto aos padrões de beleza impostos pela sociedade sobre futuros profissionais de Nutrição no que se refere ao desejo de atingir o tipo físico

das modelos evidenciado pela mídia, o que tem sido amplamente apontado nas pesquisas realizadas com o intuito de análise da autoimagem^{1,9}.

Em estudos feitos com alunos de diversos cursos em uma universidade de Juiz de Fora (MG), alunas do curso de Nutrição de uma universidade de Florianópolis (SC) e alunas do curso de Medicina da Universidade Federal do Ceará, também foi observado que estudantes com sobrepeso e obesidade se sentiram mais insatisfeitos com sua aparência que aqueles com IMC baixo e aqueles com IMC normal¹²⁻¹⁴, dado encontrado no presente estudo.

O estudo supracitado, realizado em Juiz de Fora (MG), mostrou que estudantes da área de saúde tiveram o maior escore de BSQ registrado, com 69,82 (±29,4) pontos *versus* 65,47 (±26,35) pontos e 68,52 (±30,04) pontos dos estudantes de exatas e humanas, respectivamente¹². Estando o grupo analisado, no presente estudo, inserido nesse contexto, esta pesquisa mostra-se ainda mais relevante, pois a literatura aponta maior prevalência de TA em universitárias cujos cursos acadêmicos tendem a valorizar a aparência física, como os cursos de Educação Física e Nutrição. Acredita-se que indivíduos que apresentam certo grau de insatisfação quanto a seu peso e imagem corporal podem escolher esses cursos exatamente por apresentarem previamente preocupação com o tema; contudo, mais pesquisas nesse seguimento devem ser realizadas para comprovar essa hipótese¹⁶.

Neste estudo, não foi possível associar o avanço de períodos (semestres) na faculdade com a insatisfação da imagem corporal, uma vez que 40,3% de estudantes que cursavam os dois primeiros anos da faculdade tiveram 49,6% de insatisfação e 59,7% de estudantes que cursavam os dois últimos anos de faculdade apresentaram 44,3% de insatisfação com sua autoimagem. Entretanto, quando confrontamos esse dado estatístico com o IMC, uma análise feita em estudantes de Medicina aponta que o IMC das estudantes aumentou com o avanço da semestralidade, mas também não houve resultados positivos quanto à distorção de imagem corporal com o passar dos anos letivos¹⁴.

Os resultados obtidos com relação à atividade física mostraram que mais da metade das estudantes (55,3%) era sedentária, em contraponto ao que a filosofia da ciência da Nutrição propaga com relação ao sedentarismo. Outro interessante achado foi que as alunas fisicamente ativas mostra-

ram maior insatisfação com a imagem corporal do que as estudantes sedentárias, reiterando o que supõem estudos que dizem que transtornos na autoimagem têm sido encontrados também em mulheres eutróficas que não apresentavam distúrbios alimentares, demonstrando que elas se veem mais gordas independentemente do peso que apresentam e acabam adquirindo práticas alimentares que colocam a saúde em risco¹⁹.

Com a ampla oferta de alimentos com excesso de gordura, sódio e açúcar, pode-se perceber o significativo aumento de sobrepeso e obesidade em nossa população, decorrente de hábitos alimentares inapropriados e do sedentarismo, que são impulsionados pelo modelo socioeconômico vigente¹¹.

Destaca-se como limitação deste estudo o próprio delineamento transversal, que não permite observar a relação causa-efeito, mas apenas estabelecer associações entre as variáveis independentes e dependentes. Mesmo assim, trata-se de um estudo relevante, que visa contribuir para a identificação de possíveis distúrbios da imagem corporal em uma amostra da população que é responsável por cuidar da saúde nutricional e da dietética dos indivíduos, constituindo grupo de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Faz-se necessário o desenvolvimento de mais investigações nessa população, pois no presente estudo não puderam ser investigados os hábitos alimentares e as possíveis práticas de dietas nas alunas, sendo também importantes marcadores de TA¹.

CONCLUSÃO

Os resultados achados neste estudo mostram que o padrão de beleza atual, essencialmente magro, imposto pela sociedade, predomina, uma vez que um grupo de acadêmicas do curso de Nutrição manifestou o desejo de modificar seu peso e altura, mesmo estando eutróficas. Essas estudantes apresentaram descontentamento com sua autoimagem, evidenciando o desejo de adequação aos padrões sociais. O fato de o estudo ter sido feito com estudantes de Nutrição torna-o mais expressivo, levando em consideração que sua função profissional será a de cuidar de possíveis pacientes que apresentem alguma grau de insatisfação com sua imagem corporal.

CONTRIBUIÇÕES INDIVIDUAIS

Yngrid Emanuely Rodrigues Bandeira – Trabalhou na concepção, coleta de dados, análise e redação final do artigo.

Ana Luiza de Rezende Ferreira e **Ana Carolina Montenegro Cavalcante** – Trabalharam na concepção, análise e redação final do artigo.

Soraia Pinheiro Machado Arruda – Trabalhou na análise estatística dos dados e redação final do artigo.

CONFLITOS DE INTERESSE

Nada a declarar.

REFERÊNCIAS

1. Bosi MLM, Ronir RL, Morgado CMC, Costa MLS, Carvalho RJ. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *J Bras Psiquiatr*. 2006;55(2):108-13.
2. Phillipi ST, Alvarenga M, Scagliusi FB. Nutrição e transtornos alimentares – avaliação e tratamento. 1ª ed. São Paulo: Manole; 2011.
3. Latterza AR, Dunker KLL, Scagliusi FB, Kemen E. Tratamento nutricional dos transtornos alimentares. *Rev Psiquiatr Clín*. 2004;31(4):173-6.
4. Nunes MAA, Appolinario JC, Abuchaim ALG, Coutinho W. Transtornos alimentares e obesidade. *Porto Alegre: Artmed*; 2006. p. 25-6.
5. Straub RO. *Psicologia da saúde*. 1ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas; 2005.
6. Oliveira LL, Hutz CS. Transtornos alimentares: o papel dos aspectos culturais no mundo contemporâneo. *Psicol Estud*. 2010;15(3):575-82.
7. Mann J, Truswell AS. *Nutrição humana*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. p. 378-87.
8. Mahan LK, Stump SE. *Krause – Alimentos, nutrição e dietoterapia*. 12ª ed. Rio de Janeiro: Elsevier; 2011.
9. Bosi MLM, Ronir RL, Uchimura KY, Oliveira FP. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. *J Bras Psiquiatr*. 2008;57(1):28-33.
10. Nacif M, Viebig RF. Avaliação antropométrica nos ciclos da vida: uma revisão prática. São Paulo: Metha; 2007. p. 47.
11. Leal GVS. *Fatores associados ao comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes na cidade de São Paulo [tese]*. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2013.
12. Miranda VPN, Filgueiras JF, Neves CM, Teixeira PC, Ferreira MEC. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. *J Bras Psiquiatr*. 2012;61(1):25-32.
13. Costa LCF, Vasconcelos FAG. Influência de fatores socioeconômicos, comportamentais e nutricionais na insatisfação com a imagem corporal de universitárias em Florianópolis, SC. *Rev Bras Epidemiol*. 2010;13(4):665-76.
14. Souza FGM, Martins MCR, Monteiro FCC, Menezes Neto GC, Ribeiro IB. Anorexia e bulimia nervosa em alunas da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará – UFC. *Rev Psiquiatr Clín*. 2002;29(4):172-80.
15. Martins CR, Pelegrini A, Matheus SC, Petroski EL. Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul*. 2010;32(1):19-23.
16. Laus MF, Moreira RCM, Costa TMB. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul*. 2009;31(3):192-6.
17. Silva TR, Saenger G, Pereira EF. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. *Motriz*. 2011;17(4):630-9.
18. Coqueiro RS, Petroski EL, Pelegrini A, Barbosa AR. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul*. 2008;30(1):31-168.
19. Laus MF, Zancul MS, Martins TM, Kakeshita IS, Almeida SS. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em estudantes de nutrição. *Alimentos e Nutrição*. 2006;17(1):85-9.