

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL
FACULDADE DE CIÊNCIAS FARMACÊUTICAS, ALIMENTOS E NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO**

HUGO TORREZAN DE SOUZA

**(IN)SATISFAÇÃO DE IMAGEM CORPORAL: UMA ABORDAGEM COM
ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL
DO CENTRO-OESTE BRASILEIRO**

CAMPO GRANDE

2024

HUGO TORREZAN DE SOUZA

**(IN)SATISFAÇÃO DE IMAGEM CORPORAL: UMA ABORDAGEM COM
ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL
DO CENTRO-OESTE BRASILEIRO**

Trabalho de conclusão de curso, apresentado à
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul,
como parte das exigências para obtenção do título
de bacharel em Nutrição da Faculdade de Ciências
Farmacêuticas, Alimentos e Nutrição (FACFAN)

Orientador: Prof. Dr. Alberto Mesaque Martins

CAMPO GRANDE

2024

“Ninguém ignora tudo. Ninguém sabe tudo. Todos nós sabemos alguma coisa. Todos nós ignoramos alguma coisa. Por isso aprendemos sempre”

Paulo Freire (1989).

(IN)SATISFAÇÃO DE IMAGEM CORPORAL: UMA ABORDAGEM COM ACADÊMICOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CENTRO-OESTE BRASILEIRO

Hugo Torrezan de Souza; Alberto Mesaque Martins

RESUMO: O presente estudo tem como objetivo analisar a presença de insatisfação corporal entre estudantes do curso de nutrição de uma universidade pública de Campo Grande (MS), bem como compreender suas relações com os seus corpos, ao longo da formação universitária. Na perspectiva de Pesquisa Qualitativa, foram realizadas entrevistas abertas com 10 acadêmicos jovens adultos do curso de Nutrição. As entrevistas basearam-se em um roteiro semiestruturado, voltado para as concepções acerca da imagem corporal, a presença de suas possíveis insatisfações corporais, além da tentativa de compreensão das práticas, inquietudes e desejos físico corporais dos discentes do curso com relação à existência ou não de um corpo modelo à ser seguido dentro de suas profissões. De modo geral, os relatos dos estudantes de nutrição, indicam o reconhecimento da existência de um padrão de imagem corporal, construído e difundido socialmente, que apresenta modelos de corpos, especialmente magros e hipertrofiados, como padrão de estereótipo corporal, que deve ser tomado modelo de corpo por todos, especialmente pelos profissionais da área da Nutrição. Também foi possível observar que, as insatisfações com o corpo, percebidas pelos estudantes de nutrição, se iniciam bem antes mesmo do ingresso na universidade, especialmente na passagem para a adolescência, quando a vergonha e o medo da exposição dos corpos também contribuíram para sintomas de transtornos alimentares e de imagem corporal. Nesse sentido, a família e a escola são apontadas pelos entrevistados como importantes espaços onde circulam discursos e violências para conformação dos seus corpos. Constata-se também a existência de uma pressão interna significativa entre os estudantes do curso de Nutrição para adequação dos seus corpos, movida por estereótipos que exigem, desses profissionais, um corpo que ateste a sua competência e qualidade técnica. Durante diferentes etapas da formação, especialmente nas aulas de Avaliação Nutricional, os estudantes se sentiam inseguros com a exposição dos seus corpos, temendo serem reconhecidos como menos capazes, em função de sua composição corporal. Os resultados apontam para a necessidade da criação e fomentação de atividades acadêmicas interdisciplinares e interprofissionais voltadas à ausculta dos discentes dos cursos das áreas da saúde, a fim de que se consiga mitigar o aparecimento de insatisfações corporais.

PALAVRAS CHAVE: Insatisfação corporal; Imagem corporal; Estudantes; Alimentos, Dieta e Nutrição.

**(IN)SATISFACTION BODY IMAGE: AN APPROACH WITH ACADEMICISTS
FROM THE NUTRITION COURSE AT A FEDERAL UNIVERSITY IN CENTRAL-
WEST BRAZIL**

Hugo Torrezan de Souza; Alberto MESAQUE Martins

ABSTRACT: The present study aims to analyze the presence of body dissatisfaction among nutrition students at a public university in Campo Grande (MS), as well as understand their relationships with their bodies throughout their university education. From a Qualitative Research perspective, open interviews were carried out with 10 young adult academics from the Nutrition course. The interviews were based on a semi-structured script, focused on the conceptions regarding body image, the presence of their possible body dissatisfactions, in addition to the attempt to understand the physical practices, concerns and desires of the course students regarding the existence or not of a model body to be followed within their professions. In general, the reports from nutrition students indicate the recognition of the existence of a body image standard, socially constructed and disseminated, which presents body models, especially thin and hypertrophied, as a standard of body stereotype, which should be taken as a model of body by everyone, especially by professionals in the field of Nutrition. It was also possible to observe that dissatisfaction with the body, perceived by nutrition students, begins well before entering university, especially during adolescence, when shame and fear of exposing their bodies also contributed to symptoms of eating and body image disorders. In this sense, the family and school are pointed out by the interviewees as important spaces where discourses and violence circulate to shape their bodies. It is also noted that there is significant internal pressure among Nutrition course students to adapt their bodies, driven by stereotypes that require, from these professionals, a body that attests to their competence and technical quality. During different stages of training, especially in Nutritional Assessment classes, students felt insecure about exposing their bodies, fearing that they would be recognized as less capable, due to their body composition. The results point to the need to create and promote interdisciplinary and interprofessional academic activities aimed at listening to students on courses in the health areas, in order to mitigate the appearance of body dissatisfaction.

KEYWORDS: Body Dissatisfaction; Body Image; Students; Diet, Food, and Nutrition.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Perfil sociodemográfico dos participantes do estudo

14

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. MÉTODO	12
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	15
3.1. Relações sociais e a produção de um padrão de imagem corporal	15
3.2. Imagem corporal e suas insatisfações durante a infância e adolescência	20
3.3. Imagem corporal e relação com o corpo ao longo da graduação em nutrição	26
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
5. REFERÊNCIAS	38

1. INTRODUÇÃO

Ao longo da história, é possível constatar as constantes transformações nos modos de pensar, sentir e agir, dos seres humanos, em relação aos seus próprios corpos, assim como em relação aos corpos dos demais sujeitos que compõem os grupos e as redes de interações sociais (Corbin; Courtine; Vigarello, 2012). Assim, para além de sua dimensão anatômica e fisiológica, o corpo constitui-se como uma representação da cultura, sendo moldado a partir de diferentes tradições, normas sociais e culturais, refletindo, portanto, a sociedade da qual faz parte (Daolio, 1995). Desse modo, o corpo é atravessado por diversas crenças, incluindo memórias e experiências individuais e sociais, assim como sentimentos e atitudes, relacionados ao processo cultural pelo qual os diferentes sujeitos avaliam os tamanhos, os pesos e as formas corporais, contribuindo para a constituição da imagem corporal (Mountford; Koskina, 2015).

No âmbito acadêmico, o debate acerca da imagem corporal provém do início do século XX, tendo sido introduzido, em 1911, pelos antropólogos Henry Head (1861-1940) e Gordon Holmes (1876-1965), a partir do conceito de “esquema corporal” que, segundo esses autores referia-se à relação existente entre a atuação do corpo humano no espaço físico e a percepção de seus estímulos corporais, isto é, a relação entre o movimentar-se e a percepção desses movimentos corporais (Head; Holmes, 1911). Com o passar dos anos, esse conceito foi se disseminando e atingindo novos estudiosos, os quais ampliaram a proposta anterior. A esse exemplo, o neurologista e psicanalista austríaco Paul Schilder (1886-1940), na segunda década do século XX, propôs uma nova visão do conceito de “esquema corporal”, definindo-o para além da percepção do espaço que o corpo humano ocupa, ambientalmente, relacionando-se ao modo como o mesmo era percebido pelos sujeitos, incluindo os pensamentos, os sentimentos e os comportamentos, advindo dessa relação (Schilder, 1933).

Nas últimas décadas, o conceito de imagem corporal vem se ampliando, passando a ser interpretado como uma representação visual, subjetiva, do próprio corpo, isto é, como o indivíduo percebe e interpreta a sua própria imagem (Gomes, Josevânia, 2019). Nesse sentido, o conceito de imagem corporal pode ser interpretado ainda como uma representação visual do corpo humano, isto é, como o indivíduo percebe e interpreta a sua própria imagem (Jiotsa *et al.*, 2021). Tais representações, encontram-se diretamente ligadas e influenciadas pelo contexto social e cultural, de modo que, em cada contexto e tempo histórico, circulam normas e prescrições que pressionam os sujeitos a conformarem os seus corpos, ao modelos, tidos como normais, belos e saudáveis (Gomes; Josevânia, 2019; Jiotsa *et al.*, 2021). Segundo Batista *et al.*

(2015), apesar da diversidade de possibilidades de definições, a “imagem corporal” pode ser organizada em duas grandes dimensões (categorias): a perceptiva, que inclui a acurácia (percepção) no julgamento do tamanho do corpo fisicamente; e a atitudinal, que inclui os componentes cognitivos, comportamentais e afetivos.

Ainda segundo os autores, a dimensão cognitiva refere-se aos pensamentos que estão relacionados ao corpo do indivíduo, incluindo quaisquer modificações ou alterações físicas que este realize, visando ter uma autoavaliação mais satisfatória. Já a dimensão comportamental, diz respeito aos mecanismos (às referências) de avaliação do corpo do indivíduo, isto é, as expressões comportamentais relacionadas ao próprio corpo (Shafran *et al.*, 2004). Destacam-se entre essas as atitudes/comportamentos de checagem corporal (verificação repetida da forma e/ou do peso; uma autoverificação corporal) e de evitação corporal (evitar o próprio corpo; eximir-se a forma e o peso) nas quais o ser humano tende a utilizá-las como margem de sucesso e/ou falha no controle de seu peso corpóreo. Dentre alguns exemplos envolvendo a evitação do corpo, destaca-se a recusa absoluta em ser pesado, cobrir os espelhos presentes em casa, desviar os olhares ao passar por superfícies refletivas como vitrines de lojas e usar roupas mais largas a fim de que se esconda a forma corporal (Shafran *et al.*, 2004).

Enfim, a terceira classificação atitudinal da imagem corporal é definida como a afetiva, indicando os sentimentos que emergem diante da apresentação de seus corpos na sociedade em que está inserido (Batista *et al.*, 2015). Em outras palavras, inclui as experiências dos sujeitos diante das expectativas e imposições sociais, as quais, não raramente resultando em atitudes negativas, gerando o sentimento de vergonha e inadequação, contribuindo para a busca de estratégias de modificação e adaptação dos seus corpos (Batista *et al.*, 2015).

Ainda que a imagem corporal negativa seja, muitas vezes atribuída à insatisfação corporal, de uma forma equivocada, a presença de uma insatisfação com o corpo, não remete, necessariamente, à alguma discrepância ou incapacidade de interpretação visual, de modo que não podem ser tomadas como sinônimos. Portanto, a insatisfação com a imagem corporal pode ser entendida como uma discrepância entre a percepção corporal e uma forma, socialmente idealizada da mesma (Hosseini; Padhy, 2022). Nesse ínterim, os citados autores enfatizam que a presença de uma imagem corporal negativa e desfavorecida pode contribuir para o sentimento de não conformidade com o corpo, acarretando uma série de ações envolvendo preocupações com a sua imagem, o medo e a vergonha de expor partes do seu corpo, representatividades, o engajamento em dietas restritivas e a alta carga de exercícios físicos, busca por cirurgias e

procedimentos estéticos invasivos, assim com a restrição do convívio social (Hosseini; Padhy, 2022). Em casos mais graves, diante da insatisfação com os seus corpos e de uma imagem corporal negativa, os sujeitos recorrem a comportamentos de risco como a indução de vômitos, a automutilação e, até mesmo ao suicídio (Martins; Nascimento, 2020; Spreckelsen *et al.*, 2018).

Nas últimas décadas, estudos apontam para os preocupantes índices de insatisfação corporal, recorrentes em diferentes grupos sociais (Gama *et al.*, 2024; Martins; Nascimento, 2020). De modo geral, a literatura científica vem indicando que, homens e mulheres, de diferentes idades e grupos sociais, expressam insatisfação com os seus corpos, recorrendo, cada vez mais, a comportamentos e procedimentos que possibilitem o ajustamento dos corpos, aproximando-os dos modelos tidos como ideais, fortemente difundidos nos espaços sociais como, nos dispositivos midiáticos e de comunicação (Spreckelsen *et al.*, 2018).

Com a popularização de redes sociais, como o Instagram e TikTok, diariamente, nos deparamos com um grande número de imagens de corpos tidos como belos e saudáveis, modelos por meio de exercícios físicos, mas sobretudo por meio de procedimentos estéticos, pelo uso de biotecnologias (esteroides, anabolizantes, suplementos, etc) e, mais recentemente, por meio de ferramentas inteligência artificial, dando a ideia de corpos perfeitos (Lira *et al.*, 2017). Estudos vêm apontando para a influência desse tipo exposição, no aumento da insatisfação corporal de diferentes grupos, especialmente os jovens que, desde a infância passam a idealizar e buscar um corpo magro, sem gordura e isento de quaisquer defeitos, imperfeições ou sinais de envelhecimento (Goulart; Carvalho, 2018; Lira *et al.*, 2017; Souza, 2022). Diante da impossibilidade de conformar os seus corpos, aos inatingíveis padrões de beleza, é recorrente que os sujeitos se deparem com sentimentos de tristeza, angústia e vergonha, podendo trazer prejuízos à sua saúde física e mental (Lira *et al.*, 2017; Martins; Nascimento, 2020; Souza, 2022).

Esse fenômeno, vem chamando ainda mais a atenção, ao considerarmos profissionais, como os nutricionistas e educadores físicos que, desde a graduação, vem sendo pressionados a apresentar um corpo que ateste “cartão de visitas”, cujos contornos e composição corporal, atestariam a sua competência profissional (Batista; Franco, 2021; Claumann *et al.*, 2014; Lovato; Cruz, 2020). Em um estudo realizado por Batista e Franco (2021) com nutricionistas e educadores físicos de Minas Gerais, constatou-se a existência de uma pressão social para que os corpos desses profissionais estejam em conformidade aos padrões de beleza e boa-forma.

Em outro estudo realizado por Araújo *et al.* (2015), junto a nutricionistas obesas, constatou-se que as mesmas compartilham um cotidiano, de intenso sofrimento, lidando com o estigma e a exclusão, tanto de pacientes, assim como de outros profissionais de saúde, sendo excluídas de alguns postos de trabalho, uma vez que a obesidade é tida como incompatível com a atuação prescritora e normatizadora de corpos do nutricionista. Nesse sentido, o corpo do profissional encontra-se imerso na imposição da magreza e da boa-forma, sendo tomado como requisito essencial para demonstrar sua potencialidade para o trabalho (Araújo *et al.*, 2015).

Coerente com Geertz (2008), em seu livro *A Interpretação das Culturas*, a cultura pode ser definida como o conceito defendido por Max Weber, em que o homem é amarrado a diferentes teias de significados que o mesmo tece ao longo de sua história de vida, e assim, analisa e interpreta. Geertz compactua com essa definição, entretanto, entende que não se trata de uma análise em busca de uma ciência experimental, mas sim de uma ciência interpretativa, que objetiva a interpretação e o significado dessa cultura.

Na Grécia antiga, o corpo humano apresentava o seu valor por meio da presença da saúde e de seu potencial de fertilidade, onde o binômio do físico e do intelectual andavam juntos para alcançar uma possível perfeição; o corpo escultural era tão valorizado e relevante quanto uma mente exuberante (Barbosa; Matos; Costa, 2011). Transpassando-se os séculos XVII, XVIII e XIX, com o florescer do Renascimento, a desvinculação entre o corpo e a alma, e a vinda massiva do capitalismo, o qual proporcionou um elevado desenvolvimento técnico-científico e a vinda da comunicação massiva e informacional, emergiu-se a conceituação da beleza e dos padrões entrelaçados à essa (Barbosa; Matos; Costa, 2011). Portanto, pode-se inferir que o corpo humano passa a ser entendido como uma representação da cultura em que esse está inserido, uma vez que este apresenta-se diretamente influenciado pelos elementos contidos na sociedade pela qual faz parte (Daolio, 1995).

Coerente com Goulart e Carvalho (2018), a comunicação e informação presentes sob o tempo das mídias sociais e da conectividade, apresentam forte influência sobre como os indivíduos passam a idealizar e idolatrar um corpo desde o início da vida, especialmente no âmbito físico, sendo esse perfeito, íntegro e isento de quaisquer defeitos, o qual, na grande maioria das vezes, é inviável de ser alcançado ou obtido. O constante acesso às redes sociais e aos recursos midiáticos demonstram-se cada vez mais serem influenciadores do padrão estético corporal que é posto como aceitável e almejado para cada uma das faixas etárias contidas na sociedade (Lira *et al.*, 2017).

Embora a presença de insatisfação corporal entre estudantes e profissionais de nutrição venha sendo constatada na literatura (Batista *et al.*, 2015; Espíndola *et al.*, 2021; Lopes *et al.*, 2017; Penaforte *et al.*, 2018; Silva; Fernandes, 2020), ainda são incipientes os estudos que vão além do uso de instrumentos de medidas e que deem visibilidade às experiências dos sujeitos desse próprio grupo (Lovato; Cruz, 2020; Martins; Nascimento, 2020). Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a presença de insatisfação corporal entre estudantes do curso de nutrição de uma universidade pública de Campo Grande (MS), bem como compreender suas relações com os seus corpos, ao longo da formação universitária.

2. MÉTODO

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, transversal, com caráter exploratório, subjetivo e espontâneo, voltado ao entendimento interpretativo a partir dos dados encontrados, de maneira a envolver um olhar atento às vivências e compreensões dos fenômenos sociais relacionados com a importância da representação de uma imagem corporal, entendida como adequada e padronizada, socialmente (Soares, 2019). Para Minayo (2002) a pesquisa qualitativa aborda variáveis inerentes e envolvidas diretamente com o entrevistado como crenças, valores, motivações e ideologias.

O grupo de participantes foi constituído por estudantes do curso de graduação em nutrição de uma universidade pública federal do estado de Mato Grosso do Sul, região centro-oeste do Brasil. A coleta de dados foi realizada entre novembro de 2023 e março de 2024, por meio de entrevistas abertas, gravadas e orientadas por um roteiro semiestruturado, sendo esse composto por questões referentes ao(as): a) perfil sociodemográfico; b) percepções sobre a presença de algum grau de insatisfação a nível histórico com a imagem corporal e definição da mesma; c) percepções da imagem corporal anterior à entrada no curso de nutrição; d) mudanças percebidas e adquiridas quanto a imagem corporal no decorrer da graduação. Ressalta-se ainda que as mesmas foram realizadas, de forma presencial, em ambiente privado, preservando a integridade do participante ali presente. Deste modo, obteve-se em torno de 280 minutos de conteúdo (em média 28 minutos por entrevista), as quais foram gravadas, transcritas e analisadas na perspectiva da Análise de Conteúdo de Laurence Bardin (Bardin, 2016). Para garantir o sigilo das informações, imediatamente após as gravações das entrevistas, os participantes tiveram seus nomes substituídos por códigos, como E1 (entrevistado 1), E2 (entrevistado 2), E3 (entrevistado 3), e assim sucessivamente.

Participaram do estudo 10 (dez) acadêmicos selecionados a partir dos seguintes critérios de inclusão: a) ter mais de 18 anos (jovem adulto) sendo esses de ambos os sexos, b) estar matriculado e cursando nutrição, c) já ter cursado e ter sido aprovado na disciplina de psicologia da grade curricular do curso de nutrição; d) aceitar o convite de participação. Da mesma forma, foram considerados os seguintes critérios de exclusão: a) não ter mais de 18 anos, b) acadêmicos matriculados, mas que não estavam cursando de forma assídua o curso, c) aqueles que recusaram o convite de participação. Destaca-se aqui que, a escolha etária do supracitado grupo se deu por ser essa a majoritária entre os acadêmicos que cursam a referida graduação, visando assim, se atender da melhor maneira as expectativas almejadas pelo presente acadêmico. Os acadêmicos foram convidados a participar do estudo por meio de divulgação em mídias sociais (Instagram e grupos estudantis), bem como por meio da distribuição e fixação de cartazes ao redor da instituição.

Participaram do estudo os dez primeiros interessados que atenderam aos critérios de seleção expostos acima ou que demonstraram interesse em contribuir com o presente trabalho. De acordo com a Tabela 1 apresentada abaixo, a média de idade dos participantes foi de 22,8 anos, e a renda média familiar dos mesmos por mês foi em torno de 5 salários mínimos (R\$7.060,00). Quanto ao sexo, oito participantes eram do sexo feminino e apenas dois eram do sexo masculino, o que acaba por inferir a dificuldade em se participar desses tipos de pesquisa (qualitativas e na modalidade de entrevistas gravadas) dos indivíduos do sexo masculino. Dentre os períodos em curso dos entrevistados, a maioria dos entrevistados cursavam o oitavo período, que corresponde ao último semestre da formação em nutrição. Quanto à raça, seis participantes relataram ser brancos e quatro pardos. No que tange ao estado civil, observou-se que oito acadêmicos eram solteiros e dois estavam namorando.

Tabela 1.

Perfil sociodemográfico dos participantes do estudo

Participante	Idade	Sexo	Período	Raça/cor	Renda média em salários mínimos	Estado civil
E1	25	Masculino	8º	Branco	> 10	Solteiro
E2	22	Masculino	8º	Pardo	> 10	Solteiro
E3	19	Feminino	4º	Branca	1	Solteira
E4	23	Feminino	8º	Branca	> 10	Solteira
E5	19	Feminino	5º	Branca	1	Namorando
E6	23	Feminino	8º	Parda	3,5	Solteira
E7	21	Feminino	8º	Parda	3	Namorando
E8	18	Feminino	3º	Parda	4	Solteira
E9	23	Feminino	8º	Branca	> 2	Solteira
E10	35	Feminino	7º	Branca	5	Solteira

Fonte: dados da pesquisa

A análise de dados foi feita com base na Análise de Conteúdo, proposta por Bardin (2016). Trata-se de uma técnica de análise das comunicações que busca verificar o que foi dito ou observado nas entrevistas utilizando uma série de recursos extremamente diversificados, variando desde a mais objetiva indagação até a maior subjetividade presente nas respostas. Bardin (2016) aponta que o pesquisador precisa estar atento àquilo que não está explícito no processo de análise, com a intenção de compreender os significados do tema investigado. Ademais, a autora ainda afirma que a presente técnica possibilita inúmeras visões acerca de determinados assuntos, mesmo seguindo um mesmo roteiro semiestruturado no decorrer das entrevistas, e isso se deve a grande quantidade de inferências possibilitadas pelos variados rumos em que cada entrevista poderá se direcionar.

Assim, a Análise de Conteúdo foi desenvolvida a partir das seguintes etapas: organização da análise ou pré-análise, codificação e categorização. Na primeira etapa, foi feita a transcrição literal das entrevistas, anteriormente realizadas, somada à leitura exaustiva e flutuante dos dados, sendo essa denominada leitura por analogia, buscando os temas relativos, recorrentes e pertinentes à temática abordada entre as entrevistas. Ademais, foram analisadas e levadas em consideração as regras de exaustividade, representatividade e homogeneidade (Bardin, 2016).

A segunda etapa caracterizou-se pela transformação dos dados brutos obtidos anteriormente nas entrevistas, a fim de que se constituísse uma ligação entre eles a literatura

científica sobre o tema (a presença ou ausência da insatisfação das imagens corporais dentro do público mencionado). Para realizar a organização da codificação, estavam presentes outros subgrupos, a definição das unidades de registro e de contexto e as diversas regras de enumeração (presença e ausência, frequência, intensidade, etc). Por fim, há a categorização (classificação e agregação) das temáticas. Nesta última foram informadas as categorias e subcategorias que resultaram da análise e que permitiram ao pesquisador encontrar suas unidades de significados e seus agrupamentos, à luz da literatura. Condiz com essa última fase a classificação de elementos construtivos, feita por diferenciação e reagrupamento, obtendo-se assim grupos e/ou classes que apresentam unidades de registro (facilitadas essas pela semiestrutura já edificada no roteiro utilizado como guia nas entrevistas), possibilitando fazer a interpretação, referências e análises necessárias para chegar ao objetivo final da pesquisa (Bardin, 2016).

O projeto de pesquisa foi aprovado pelos órgãos internos da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (UFMS), sendo submetido para avaliação do Comitê de Ética em Pesquisas (CEP) com Seres Humanos dessa mesma universidade (parecer nº 6.273.471). Além disso, todos os participantes foram informados dos objetivos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme orientação da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise do conjunto de entrevistas, apontou para três grandes categorias: a primeira, referente às relações sociais e seu papel na produção de um padrão de imagem corporal; a segunda, relacionada à imagem corporal e suas insatisfações durante a infância e adolescência, momento próximo à entrada no curso de graduação em nutrição; e, por fim, a terceira que inclui as mudanças percebidas ao longo da graduação e as insatisfações anteriormente presentes até o período atual.

3.1. Relações sociais e a produção de um padrão de imagem corporal

Inicialmente, investigou-se quais as percepções dos estudantes acerca da imagem corporal. De modo geral, observou-se que os acadêmicos compartilham proposições semelhantes, as quais refletem as discussões científicas acerca do assunto. Como pode ser observado nas falas a seguir, os participantes relacionam o conceito de imagem corporal tanto aos aspectos privados, ou seja, às suas relações com o próprio corpo, assim como à dimensão

social das interações sociais, marcada pela forma como lidamos com as expectativas dos outros em relação aos nossos corpos.

Ah... como a gente se vê perante as pessoas, como a gente se imagina, né?... Como a gente acha que o nosso corpo é fisicamente. (E1).

Que relação você tem com o seu próprio corpo. (E4).

A imagem corporal é o modo que você se vê, e o modo com que você também se sente sobre o corpo. Acho que não só o modo como você olha, mas o jeito que você acolhe e você entende o seu corpo, acho que é isso. (E6).

O que a gente acha de nós mesmos, como a gente se vê! (E9)

Essas falas vão ao encontro da literatura que, apesar de reconhecer uma pluralidade de definições, a imagem corporal não deve ser compreendida nem como resultado de uma interpretação, meramente, biológica, tampouco como constituída apenas por opiniões de pessoas que constituem o seu grupo social (Gomes; Josevânia, 2019). Antes, ambas dimensões passam a ser compreendidas numa interrelação, incluindo ainda a forma como cada indivíduo percebe se relaciona com o seu próprio corpo (Jiotsa *et al.*, 2021). Desse modo, a constituição de uma imagem corporal é subordinada a fatores pessoais, sociais, biológicos e culturais (Neagu, 2015).

Os participantes também reconhecem a existência de um “padrão de imagem corporal”, isto é, um modelo socialmente imposto e apresentado como ideal, que pressiona os sujeitos em busca de práticas corporais que, potencializadas com o uso de biotecnologias, como os suplementos, os esteroides e os anabolizantes, que possibilitam a modificação e a conformação dos seus corpos. Segundo os entrevistados, esse padrão de imagem corporal circula, cotidianamente, em diferentes espaços sociais, especialmente nos veículos midiáticos e redes sociais, pressionando os sujeitos e contribuindo para a insatisfação corporal. Desse modo, eles reconhecem que essas imagens massivas e idealizadas, apresentam como norma corpos mais magros e “chapados”, com mulheres com glúteos e seios abastados, e homens mais fortes e musculosos, com maiores níveis de massa magra, podendo recorrer até mesmo a outros procedimentos:

Eu acredito que padrão seja aquilo que é ou que deveria ser normal, que é imposto por alguém, no caso, sei lá, as mídias... Ou é aquilo que é o corpo que é vendido como normal. (E1).

Você tem que estar no padrão da sociedade. É tipo assim, se a TV toda hora mostra, por exemplo, atrizes, propagandas, onde tem, tipo assim, uma mulher magra, um homem magro, um homem musculoso, uma mulher que faz academia, pessoas que, enfim, sejam perfeitas, esse é o padrão. (E3).

Seria um corpo, entre aspas, “ideal” que as pessoas buscam. Geralmente, é o que eu falei: é um corpo magro, que muitas vezes foge da realidade, porque cada pessoa tem um biotipo, tem uma genética, então nem todo mundo vai ter aquele corpo esbelto, com bunda, com peito, com barriga chapada. Então, acho que é isso: padrão de imagem corporal (E7).

A primeira coisa que vem na minha cabeça é o padrão de beleza que é exigido pela sociedade. Como eu acho que uma pessoa cobra de uma mulher: que ela tenha um peso adequado, que ela não tenha excesso de peso; que ela tenha uma cintura muito fina; que ela tenha um quadril largo; é... um bumbum largo (risos). É isso que eu acho. Uma harmonização facial, sabe?! Uma pessoa que tenha no mínimo algumas plásticas ou outras. (E9).

Padrão hoje em dia é corpo de blogueira! (risos). Não é nem mais modelo, é corpo de blogueira! Lipado, com barriga chapada! Talvez siliconada não mais. Hoje em dia já mudou um pouquinho. E... Bem definida! Bem definida! (E10).

A busca pela “perfeição” corporal, estampada, defendida e preconizada pelos recursos midiáticos como rádios, televisões, séries, filmes, novelas e, mais hodiernamente, as redes sociais, determinam e divulgam diariamente lugares, estilos e definições corporais que devem ser seguidos pela sociedade (Goulart; Carvalho, 2018; Lira *et al.*, 2017; Souza, 2022). Dessa maneira, a imagem do corpo do indivíduo social muitas vezes demonstra-se incoerente/desconexa em relação às imagens ecoadas pela mídia, as quais são constituídas de diferentes atributos da contemporaneidade, a exemplo do imediatismo em apresentar corpos “irreais”, pautados pelo perfeccionismo (Souza, 2022).

Dessa forma, a imposição de um modelo de corpo com altas taxas de massa magra e hipertrofiados para os homens, como também um corpo magro e escultural que valorize a boa-forma das mulheres, acaba por contribuir para distorções da imagem corporal e maior insatisfação com seus próprios corpos (Silva; Aprígio; Lima, 2019). Nesse sentido, Silva, Aprígio e Lima (2019) também destacam que, devido à influência das propagandas, campanhas publicitárias e *outdoors* junto às promessas de emagrecimento rápido, as mídias acabam por fomentar, seduzir e modificar opiniões sociais daqueles que mais estão em contato com esses conteúdos, como adolescentes e jovens, valorizando características narcisistas e reforçando, ainda mais, a busca de um ideal de um corpo perfeito. Vale lembrar que as mídias digitais

configuram importantes espaços de interação social, fomentando o sentimento de pertencimento a um grupo social, incluindo a pressão à adesão de certas práticas corporais (Santos *et al.*, 2019).

Os entrevistados também reconhecem a possibilidade de distorções da imagem corporal, potencializadas em casos de adoecimento psíquico. Nesse sentido, os participantes reconhecem que a autoimagem pode ser aquilo que a pessoa vê no espelho que, em alguns casos, pode ser diferente da imagem refletida, como por exemplo, em casos de anorexia nervosa, citado por uma das estudantes:

Ah, eu acho que é meio que o que a gente vê no espelho, né? Porque tem gente que é magra e se olha e vê a imagem corporal dela gorda. Então, tipo assim, acho que é o que a gente vê olhando pro espelho. (E5).

Conforme pode ser observado no relato dos entrevistados, as mulheres sofrem com maior pressão social para adequarem os seus corpos, interferindo em sua imagem corporal. Nesse sentido, os entrevistados reconhecem as expectativas de que as mulheres adotem diversos cuidados estéticos e corporais, tidos como inerentes ao sexo feminino, além das relações socioculturais e históricas que favorecem uma maior satisfação corporal masculina, a exemplo dos seguintes relatos:

Acho que a mulher é muito mais preocupada. Homem também né, mas, no caso da mulher, eu acho que tem mais pressão também, tem mais preocupação sobre imagem corporal do que homem, sabe. Porque o homem normalmente é: “ah, mas tô bem, na academia e tudo bem”. Mulher não, é unha, é cabelo, é peso, é silicone. (E4).

Essa pergunta é muito boa! Com certeza!... A maioria dos homens, se você perguntar, falar pra dar uma nota de 0 a 10 [para o próprio corpo], a maioria é de 9 pra cima, de 8 pra cima. E você chega nas mulheres e tipo: nossa, “não gosto disso, disso, daquilo no meu corpo”. Ela tem uma listagem de coisas que ela não gosta, que ela mudaria. Então acho que os homens têm muita autoconfiança nesse sentido, sabe?! Até, e principalmente, na verdade, por uma questão histórica, né?! De tipo, homem não dá muito valor pra coisas ligadas à aparência, porque eles não sofreram historicamente pressões em relação a isso, igual as mulheres, tipo de julgamento. Então é bem mais fácil pra eles gostarem do próprio corpo, da própria imagem, porque não tem nenhum tipo de julgamento, pressão estética igual as mulheres, né?! (E7).

Perante uma associação social e histórica imposta entre as emoções e a figura feminina, a representação destas nos meios de comunicação, e em especial nas redes sociais, passou a ser utilizada como modelo publicitário, tornando-se notória pelos contornos corporais mais bem

definidos da imagem feminina (Gonçalves *et al.*, 2020). Dessa maneira, a mulher ainda hoje é colocada sob um olhar de contraposição, onde priorizam-se padrões estéticos de países desenvolvidos (mulheres altas, magras, brancas e jovens), sendo o mesmo, incisivamente criticado pela discrepância existente entre a “realidade” do indivíduo e perfeccionista “representação” colocada sobre o mesmo (Rossi, 2017).

A beleza e a feiura apresentam diferentes tratativas e margens de aceitação sobre os corpos masculinos e femininos (Corbin; Courtine; Vigarello, 2012). Historicamente, a sociedade demonstra-se mais tolerante aos homens cujos corpos não se aproximam dos modelos de beleza, aplicando-lhes um olhar de menor cobrança e perseguição (Martins; Nascimento, 2020). Assim, enquanto os homens podem justificar o seu distanciamento dos padrões estéticos devido à jornada de trabalho que garanta o seu status de provedores, ou ainda, à vida profissional extremamente acelerada e atordoada, o mesmo não vem sendo aplicado às mulheres (Martins; Nascimento, 2020). Observa-se uma cobrança mais constante e rigorosa sobre os corpos das mulheres, excluindo quaisquer justificativas para não se atingir os padrões sociais (Novaes, 2004). Nesse sentido, algumas entrevistadas afirmam:

Eu sinto que a cobrança corporal da mulher é constante, o tempo inteiro. E não só dela, mas também pela família, pelos amigos, pelo companheiro. Então, eu conheço mulheres que têm aquele corpo “padrãozêrimo” e que não tá satisfeita, tá sempre de emagrecer, de parar de comer, de não sei o que, de fazer muito exercício. Nunca estão satisfeitas e nunca se acham bonitas. Enquanto de colegas homens, eu não vejo esse assunto, não é uma coisa que eu escuto nas rodas, não é uma coisa que eu vejo. Sei que muitos tem problema de imagem sim, mas não é uma coisa que afeta tanto. E eu acho que eles também não são tão cobrados, então até pode ter a sensação de “ah, eu queria ser mais musculoso e tal”, mas eles não são cobrados de perder a barriguiinha, de ter aquela imagem, sabe?! (E6).

É, você tem que gastar muito dinheiro para conseguir aquilo. Mas eu acho que é aquilo que as pessoas esperam em mulheres, principalmente na minha idade, na casa dos vinte. “Poxa, você tem 20 anos, você não devia estar com um corpo melhor?!”. “Nossa! Eu grávida na sua idade, tinha muito seio, tinha a cintura mais fina!” sabe?! ... às vezes eu nem nunca reparei um defeito em mim! Mas por terem comentado eu comecei a reparar hs... (E9).

Ao se distanciarem dos modelos de corpos, socialmente reconhecidos como belos, as mulheres não são apenas reconhecidas como feias, mas também como desleixadas, revelando um rompimento com as expectativas sociais que ainda associam o feminino à beleza, à delicadeza e ao autocuidado (Gonçalves *et al.*, 2020). Nessa perspectiva, cotidianamente, as mulheres se deparam com uma vigilância criteriosa, detalhista e rigorosa de seus corpos, sem

margens para um simples descuido, o qual, se notado, já se torna mais do que o necessário para atestar a sua “feiura” e, portanto, sua desqualificação (Rossi, 2017). A presença de maquiagens malfeitas, esmaltes falhados, roupas que fujam das palhetas de cores mais modernas, cabelos mal penteados ou com as raízes aparentes são alguns exemplos que tornam mais do que suficiente o aparecimento de críticas à imagem corporal feminina (Novaes, 2004).

3.2. Imagem corporal e suas insatisfações durante a infância e adolescência

Fica evidente, nas falas de todos os entrevistados, que a insatisfação corporal não se refere a um fenômeno recente, com o qual os jovens se depararam, após o ingresso na universidade. De modo geral, os estudantes reconhecem que, desde a infância, já se viam insatisfeitos com os seus corpos e sofriam pressão social para adequá-los aos padrões de beleza. Os participantes também ressaltam que a insatisfação com alguma parte ou característica de seus corpos, tornou-se ainda mais acentuada na entrada para a adolescência, como pode ser observado nos relatos abaixo:

Meu corpo eu nunca aceitei, desde que eu conheço eu por gente! Foi uma coisa que, tipo, desde criança, sempre eu odiei meu corpo... por sofrer muito bullying durante a escola, fundamental, por eu ser uma pessoa que tinha uma obesidade muito alta, então sempre era motivo de zação, motivo de brincadeira, e esses me atentavam muito. Então o meu corpo era a minha pior forma, tive até o motivo de usar roupas mais longas, tentar tampar mais parte do corpo e afins. (E2).

Na verdade, é que eu nunca me aceitei, mas eu nunca mudei suficiente, sabe? Eu nunca me vi bonita, sabe, isso é verdade! Não gosto do meu corpo, nunca gostei, eu acho! (E4).

Esses dados corroboram com a literatura científica que aponta que, apesar de se tratar de um fenômeno recorrente entre ambos os sexos, as mulheres de diversas idades pertencentes à diferentes cursos da área da saúde, apresentam maior distorção de imagem corporal e insatisfação corporal, sendo essa última motivada principalmente pela perda de peso (Lopes *et al.*, 2022; Martins; Nascimento, 2020). Em um estudo descritivo correlacional realizado com 935 escolares, do primeiro ao quarto ano, das escolas públicas do estado de Mato Grosso, constatou-se uma tendência entre as meninas de superestimarem o seu tamanho corporal, enquanto que os meninos tendiam a subestimar o mesmo. Ainda segundo o estudo, os meninos classificados com eutrofia tenderam a subestimar a sua imagem corporal, enquanto as meninas a superestimá-la (Santos *et al.*, 2019).

Conforme pode ser observado nos relatos dos participantes, as mudanças relacionadas à adolescência contribuíram para que passassem a dar maior atenção aos aspectos estéticos dos seus corpos, aumentando as preocupações sobre como eles seriam percebidos, nas interações sociais. Cabe ressaltar que a adolescência é uma etapa do ciclo de vida marcada por significativas alterações estruturais nos corpos, tanto dos meninos como das meninas, os quais adentram no período da puberdade e se deparam, principalmente, com mudanças físicas que, muitas vezes, geram a sensação de estranhamento. Concomitante, os adolescentes vivenciam mudanças importantes em seus papéis sociais, passando a ampliar o seu núcleo de sociabilidade e a atribuir maior importância às avaliações dos seus pares, podendo gerar angústias e sofrimentos, como pode ser percebido no relato de uma das entrevistadas

Eu comecei a ter uma visão, uma percepção do meu corpo quando eu entrei na adolescência, né. Na verdade, o assunto já começava a correr quando eu tava com uns 11 pra 12 anos, lá quando começa aquela conversa de “corpo ta desenvolvendo, ta crescendo peito, tá não sei o que” e você começa a ficar desconfortável, tem aquelas mudanças. Então aquilo já virou uma questão pra mim. Eu tinha muito medo de como ia formar o meu corpo, de como eu ia ser. Isso foi realmente uma questão. Então, tinha situações assim que eram tanto de colegas mulheres quanto de meninos que falavam uns do corpo do outro. Então eu era muito, muito incomodada, eu tinha vergonha demais do meu corpo. Quando eu comecei a sentir que eu estava desenvolvendo peito e tal, eu me escondia, usava roupa larga, não gostava nem um pouco. E, e aí o modo que eu fui crescendo sempre foi um desconforto, eu sentia, sempre queria modificar, sempre. Na época eu me sentia muito magra, eu era bem magrinha, então eu achava que eu era muito magra, e aí eu queria desenvolver corpo, queria fazer academia, mas aí também não tinha esse assunto. Então, por um bom tempo eu fui bem insatisfeita, era muito! Ficava mal ... (E6).

A fase da adolescência é caracterizada como uma etapa marcada pela utilização do corpo como forma de se garantir uma inserção nos mais diversos nichos sociais. Para esses, demonstrar-se como membro de um meio social, como integrante de um grupo, é colocado como uma forma de aceitação e validação. A imagem constituída e transpassada pelo corpo, principalmente nesse grupo, passa a ser classificada como o passaporte, como uma garantia de marcação de espaço e como um ser que também tem uma identidade (Campos, 2024).

Na mesma direção, Braga, Molina e Figueiredo (2010) estudaram as representações sociais de corpo entre um grupo de adolescentes de classes populares, de ambos os sexos, residentes no estado do Espírito Santo. Os autores constataram, entre os participantes, uma grande insatisfação com o próprio corpo e o desejo desses sujeitos, ainda tão jovens, em realizar intervenções corporais que possibilitasse a redução de gordura corporal e o aumento da massa

muscular. Para esse grupo de adolescentes, a adequação de seus corpos ao modelo do “corpo ideal”, vai além de uma mudança estética, revelando também uma função afetiva (Braga; Molina; Figueiredo, 2010). Conforme destacam os autores, para esses adolescentes, “ter um corpo nesse padrão ajudaria a obter sucesso na vida” (p.92).

A crença na beleza física como fator de conquista, atração, sedução, influência e popularidade também foi evidenciada no estudo de Schlosser e Camargo (2015). Analisando as representações sociais de beleza física para modelos fotográficos e não modelos, de ambos os sexos, os autores identificaram que a estética corporal e a boa forma são percebidas como elementos importantes para o sucesso nas relações intra e interpessoais. Para ambos os grupos estudados, a beleza física é considerada como um fator que garante o sucesso, a felicidade e a popularidade.

Ainda segundo os entrevistados, na adolescência e, diante da insatisfação com os seus corpos, os mesmos recorriam a práticas voltadas ao “silenciamento corporal”, isto é, ações motivadas pelo não “enquadramento” na idealização difundida pelas redes midiáticas e os grupos sociais e familiares. Diante das elevadas expectativas para conformarem seus corpos aos padrões de beleza, alguns estudantes recordam que passaram a utilizar algumas estratégias para esconder o próprio corpo, evitando a utilização de roupas mais justas, curtas ou que mostrassem os contornos corpóreos. Os acadêmicos também relatam que, diante do medo da exposição dos seus corpos, recorriam a desculpas para não estarem presentes em determinados eventos, como as festas em piscinas, que eram recusadas em função da vergonha de utilizarem certas vestimentas, como os trajes de banho. Nesse sentido, algumas entrevistadas lembram que:

Lá por 2018, que eu tava 10 quilos a mais, eu me sentia, eu não conseguia sair de casa, porque eu saía só de camiseta grande, porque eu tava me sentindo tão mal. Usar biquíni eu não usava, porque assim sempre eu falava, “aí tô menstruada, eu to sem biquíni, sei lá o que”, pra não usar biquíni. Também nunca, procurava, começava a malhar, até que ia bem só que... acabava desistindo ... (E4).

Quando eu comecei a sentir que eu estava desenvolvendo peito e tal, eu me escondia, usava roupa larga, não gostava nem um pouco. E, e aí o modo que eu fui crescendo sempre foi um desconforto, eu sentia, sempre queria modificar, sempre. (E6).

Para os jovens entrevistados, o processo de aquisição e representação de um corpo que corresponda aos padrões sociais de beleza vem gerando insatisfação corporal e sofrimento psíquico, uma vez que não há como atingir esses modelos de beleza se caracterizando como um

“ideal imaginário”. Longe dos modelos perfeitos que circulam nas mídias, o que existe, de fato, são diferentes corpos, em diferentes sujeitos, marcados por diversificadas influências psicológicas e sociais, oriundas de suas infâncias, entraves e traumas provenientes do desfecho do processo de formação psíquica de cada um desses, bem como a resolução dos conflitos do processo de formação de identidade (autoimagem, autoconceito e autoestima) dos mesmos. Em outras palavras, não há como o indivíduo adolescente obter esse corpo estereotipado como “perfeito”, sem que o mesmo entenda que o real apresenta imperfeições (Campos, 2024).

No presente estudo, alguns acadêmicos também ressaltaram o incômodo com seu peso corporal e apontaram para uma possível relação com as inseguranças e insatisfações em suas vidas. Nota-se, portanto que esses padrões de beleza e estética já eram percebidos desde adolescência, sendo esse incômodo, muitas vezes ocasionado e fomentado tanto pelo nicho das relações familiares, dentro de suas casas e também com a influência de seus parentes, como pelos nichos sociais, na escola com os amigos ou nas práticas esportivas. Nesse sentido, alguns entrevistados afirmam:

Eu tinha tipo uns 13 anos, aí eu engordei e tal, aí tipo a família, eu não digo só as pessoas na minha casa, né, mas tipo, familiares longes, e eles falavam “nossa, ta gorda né...” e tudo mais... isso é uma coisa chata! (E3).

Eu acho que, querendo ou não, é... pra família, é padrão, né? É magra, muito..., mais família... hoje em dia já teve momentos que falaram “você tá gordinha”, mas agora é que eu estou magra (E6).

Como pode ser observado nas falas acima, os entrevistados também enfatizaram a influência familiar no modo como se relacionam os seus corpos e, apenas alguns dos participantes relataram o mínimo apoio e conforto que seus grupos familiares ofereceram a eles, com argumentos e elogios que favorecessem a beleza e a estética corporal, ou mesmo, fizessem com que estes compreendessem a fase conturbada que estavam transpassando em seu âmbito físico. De forma semelhante, também foram recorrentes as menções registrando o aumento de um desconforto existente desde a infância, através de críticas e falas desmotivadoras e pejorativas que, muitas vezes, colocavam em dúvida o interesse desses jovens em buscarem pelo curso de nutrição:

Então, como eu falei, antes do curso, eu tive a fase que eu era mais gordinha e a fase mais magrinha. Na parte que eu estava gordinha, tipo assim, era meio que bullying dentro de casa, vamos dizer. Meu irmão era uma pessoa muito... Falava demais, né?! Aí tipo assim, eu tava bem

insatisfeita, então eu comecei a treinar bastante. E aí depois de uns anos que eu fui chegar em 48 quilos... (E5).

Minha família, ela cobra, eles reparam, eles comentam. O pessoal, é... eu acho que todo mundo, tanto na graduação, que é o meu grupo social, tanto família, quanto amigos, esperariam ver uma estética mais bonita da minha parte. Por ser estudante também, por falar muito disso. Então, acho que eles me vêem como uma pessoa acima do peso, acima do ideal... é!... Eu sinto que me reparam muito em mim! (E9).

Em um estudo realizado por Guimarães, Perez e Dunker (2020), com 270 adolescentes do sexo feminino das escolas públicas de São Paulo, constatou-se que as adolescentes que possuíam algum grau de insatisfação corporal apresentaram maiores níveis de IMC, de comprometimento de sua autoestima e de provocações familiares com relação ao seu peso e aparência física, além de não realizarem algumas refeições semanais junto à sua família pelo receio das presentes críticas a elas proferidas. Constatou-se, ainda, que as mães, quando comparadas aos pais, apresentaram maiores preocupações com suas próprias refeições, assim como na rotina alimentar de suas filhas (Guimarães; Perez; Dunker, 2020). Nesse ínterim, mais da metade das mães entrevistadas no referido estudo, comentavam sobre o peso da filha, e além disso, quando se abordou a prática dos pais como responsáveis com relação à alimentação e ao corpo físico, observou-se que as adolescentes que já tinham insatisfações informaram que sofriam com comentários relacionados ao seu peso, a realização de dietas saudáveis e à perda de peso (Guimarães; Perez; Dunker, 2020).

De forma unânime, todos os entrevistados relataram estar insatisfeitos com os seus corpos, ainda que com intensidades distintas. Observa-se que as mulheres relataram maior insatisfação corporal, sobretudo no que se refere às críticas em relação ao sobrepeso e à obesidade. Em suas falas, é possível reconhecer o desejo de modificar alguma parte do seu corpo, visando maior conforto, aceitação social e acolhimento com seu próprio físico. Assim, os participantes afirmaram estar sempre em busca de melhorias corporais para sentirem-se parcialmente satisfeitos com seus corpos, almejando procedimentos estéticos, como lipoaspirações, plásticas e modelações corporais, a exemplo dos seguintes relatos:

Hoje, vamos dizer assim, que eu estou 50%, mas sempre em busca da melhora. (E2).

Ninguém está satisfeito, né, com nada, (risos). Ah, mas tipo assim, se desse pra mim fazer uma lipo? Faria!! (risos) Se eu tivesse dinheiro, essas coisas eu faria... (E3).

100% não, tipo assim, se eu puder eu ainda perco uns quilinhos... (E5).

Coerente com o exposto, Brugiolo *et al.* (2021) em uma pesquisa realizada com 229 estudantes da Universidade Federal de Juiz de Fora, sendo esses majoritariamente mulheres e da área da saúde, constatou-se dentre os resultados que a maior parcela dos participantes não havia realizado quaisquer procedimentos estéticos, entretanto, uma também maioria massiva desejava realizá-los. Também no referido estudo, observou-se preocupação leve e moderada com a forma corporal, assim como o desejo de se submeterem a procedimentos de redução de gordura localizada, sendo o principal empecilho, a ausência de dinheiro (Brugiolo *et al.*, 2021).

O relato dos participantes também recorrentes referências à presença de sintomas de alguns transtornos alimentares, ou mesmo em alguns diagnósticos de anorexia nervosa, ainda na adolescência. Diante da pressão pela adequação de seus corpos e da insatisfação com os mesmos, os entrevistados relatam que recorriam a algumas práticas que já se caracterizavam como um indicativo de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Buscando ter um corpo enquadrado e padronizado, os jovens passaram a aderir à prática de dietas da moda, as quais não consideram em nada a composição e a diversidade dos corpos, a importância de uma alimentação balanceada e equilibrada e, em sua maioria, também não levam em consideração a existência de doenças pré-existentes em cada sujeito. Por outro lado, essas dietas possibilitavam perdas significativas de peso, em curtíssimos períodos, as quais se somavam a jejuns prolongados e purgação forçada (êmise forçada/induzida), sendo alguns desses sintomas presentes, ainda no início da graduação em nutrição, como pode ser observado nos relatos abaixo:

E eu fiquei tanto, tipo assim “nossa, vou emagrecer, vou emagrecer!” que eu tive um distúrbio alimentar, que eu tive anorexia... eu, quando eu comecei eu tinha 92 quilos, a emagrecer, aí eu fiquei com 42,5... foi uma perda muito grande!! (E3).

Dieta da USP, que de USP não tem nada, né ... (risos). Que é praticamente comer só um biscoitinho água e sal quando você já tava quase desmaiando e café... isso faz anos, né. Já cheguei a vomitar também, forçado, bastante tempo.... parou faz anos, até porque a gente começa a fazer nutrição e a gente sabe que não é por aí, mas... sei lá... última vez eu sei que é 2020, eu acho? 2021... (E4).

E tipo assim, pra mim perceber que não era bem isso, foi também o TikTok! Ele foi falando coisas de transtorno alimentar e aí eu falei: “caralho, me meti nisso e vou ter que sair disso” aí... eu... não é que eu não comia, mas eu comia coisa com pouquíssima caloria, pesava tudo. E eu não tinha fome, eu comia por comer, entendeu? Aí eu comia de noite uma bacia de salada, salada quase não tem caloria, com frango. E aí de manhã melãozinho com aveia, entendeu?

Então tipo assim... Mas eu não considerava que eu tava tanto assim que eu demorei pra olhar, porque eu tava comendo. (E5).

Na mesma direção, Canali *et al.* (2021) realizaram um estudo com 125 estudantes dos cursos da área da saúde, no Rio Grande do Sul, investigando a percepção da autoimagem corporal e a proporção de satisfação da mesma, constatando que mais de um terço da população estudada apresentava risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, assim como insatisfação corporal por excesso de peso. Na mesma direção, Oliveira *et al.* (2020) também realizaram um estudo com 61 acadêmicas dos cursos de Nutrição, Estética e Educação Física, de uma universidade mineira, visando avaliar indícios de TA, compulsões alimentares, satisfação com a imagem corporal e a influência da mídia social nesse cenário. No referido estudo, mais da metade dos entrevistados apresentou risco para o desenvolvimento de TA, especialmente aqueles pertencentes ao curso de Nutrição, onde esses sintomas estavam presentes em um quarto do grupo. Os pesquisadores também constataram que, dentre as estudantes, aquelas pertencentes ao curso de Nutrição apresentaram maiores prevalências de compulsão alimentar, totalizando 20% de sua amostra.

3.3. Imagem corporal e relação com o corpo ao longo da graduação em nutrição

De modo geral, a entrada dos estudantes no curso de nutrição se constituiu como um momento importante, que segundo eles, contribuiu para o aumento do sentimento de insatisfação com os seus corpos, presentes desde a infância e potencializadas na adolescência, quando também ingressaram na universidade. Segundo os entrevistados, o convívio diário com os diferentes estereótipos e hábitos, somados à pressão em adotar um estilo de vida mais ativo e saudável, com a realização de exercícios físicos e, uma alimentação adequada e balanceada, aumentava a insatisfação corporal, juntamente com uma obsessão em busca da boa forma, como pode ser observado na fala de um dos entrevistados:

É... eu só não aceito mais o meu corpo agora quando eu ingressei no curso de nutrição. Mas eu entrei no curso, comecei a ver as coisas, comecei a ver como as pessoas se cuidavam e eram obceçadas por isso, eu comecei a ver bastante “problemas” tanto na minha saúde quanto no meu corpo, na minha imagem. (E9).

Buscando-se avaliar os comportamentos característicos de ortorexia nervosa (ON) e identificar possíveis aspectos comportamentais que jogassem luz à prevalência de condutas ortoréxicas em membros do ensino superior, Silva e Fernandes (2020), conduziram uma investigação com acadêmicos do primeiro ao terceiro ano de graduação dos cursos de nutrição

e educação física, de uma universidade do interior de São Paulo. Os pesquisadores constataram que os acadêmicos dos primeiros períodos apresentavam maior presença de comportamentos ortoréxicos em comparação dos anos finais, os quais davam maior importância às suas imagens físicas, consideradas como “propagandas” ou sinônimos de bom desempenho acadêmico, contribuindo para que os estudantes dedicassem maiores períodos à prática de exercícios físicos e aos cuidados com a alimentação. Em contraponto com o final das graduações, com a falta de tempo e os compromissos universitários a preocupação com a aparência e os hábitos alimentares não se mantinham os mesmos, demonstrando-se serem inferiores aos apresentados no início dos cursos supracitados (Silva; Fernandes, 2020).

É válido destacar que no presente estudo também foi colocada uma hipótese causal para os elevados índices de ON. Tendo como comparativo os acadêmicos de ambas as graduações, Silva e Fernandes (2020) destacaram que houve maior presença de comportamentos ortoréxicos dentro daqueles pertencentes ao curso de educação física, e que neste, há apenas uma disciplina relacionada à área de nutrição (esportiva). Com isso, constatou-se que por parte dos pesquisadores a possibilidade de as maiores informações nutricionais serem uma medida protetiva contra o aparecimento de comportamentos ortoréxicos (Silva; Fernandes, 2020).

Com o ingresso no curso de nutrição e, marcados por uma trajetória de vida de insatisfação com os seus corpos, muitos acadêmicos relataram grande receio acerca do encontrariam pela frente, dentro das salas de aula e com o convívio diário. Os entrevistados narram suas angústias e receios diante de um grupo de estudantes que, estereotipadamente, apresentavam um modelo alimentar a ser seguido, com a utilização de marmitas e uma alimentação balanceada e diversificada, e buscavam adotar um conjunto de hábitos, reconhecidos como saudáveis pelas mídias hodiernas (com a prática de exercícios físicos regulares e um sono adequado), além de um corpo esteticamente apresentado como “*sheipado*”, com definições musculares e um grande volume estrutural, que atestasse a sua qualidade, enquanto estudante de nutrição.

Dessa forma, os relatos dos participantes revelam que, desde o seu ingresso no curso de nutrição, os mesmos se depararam com inseguranças, medos, desconfortos, ou tiveram alguma sensação de não pertencimento, se sentindo deslocados ao grupo em que estavam adentrando. A presença de receios quanto aos hábitos considerados “saudáveis” sempre estava presente, de modo que os entrevistados passaram a adotar hábitos que afirmassem a sua disciplina e perseverança em adequar os seus corpos e hábitos, como a preparação de marmitas para as

refeições na universidade, a prática de exercícios físicos voltados à hipertrofia e ao ganho de massa magra, a busca por um estereótipo de um corpo mais magro, com menores taxas de gordura e uma estrutura óssea mais fina, as quais surgem, nas falas, como uma verdadeira busca obstinada pela boa forma:

Eu acho que não foi, não foi insegura a palavra, mas tipo eu não me encaixei muito, eu me senti meio deslocada nesse sentido porque... sei lá, porque acho que meu foco era mais outra coisa, tipo, eu não tinha esse foco de “ai, marmita todo dia, pesar comida pra ficar grande, pra músculo, músculo” (risos). Então, tipo, meu foco era outro, eu fui meio que levando da forma que eu gostava. No começo eu fiquei até um pouco, com medo de talvez não curtir e tal, porque eu tinha muito receio né, com esse negócio de academia, eu não achava isso legal, mas eu fui mesmo assim, tipo, fui fazendo da forma que era melhor para mim, sabe?! Sem tentar me comparar muito com os outros, porque cada pessoa é única e cada pessoa tem a sua forma de... de... bem-estar, de estar bem consigo mesmo, então...(E7).

Mas quanto aos meus colegas sim, porque na minha turma tem muita menininha... assim, “magrinhazinhazinha”, e tem muita gente que faz academia também. E aí eu me sentia meio parada em relação a minha turma. Em relação aos meus colegas eu me sentia um pouco... um pouco sedentária, um pouco parada, isso me incomodava um pouco. (E8).

Uma das estudantes entrevistadas, destaca que, ao ingressar no curso de nutrição, identificou a forte “competição” entre os próprios estudantes, os quais disputam não apenas conhecimentos e notas, mas sobretudo o desempenho na construção de um corpo hipertrofiado. Corroborando com os achados da literatura (Batista *et al.*, 2015; Espíndola *et al.*, 2021; Lopes *et al.*, 2017) o, nessa corrida em busca da perfeição, a estudante reconhece que, nos cursos de nutrição ainda circulam ideias e discursos que afirmam que os estudantes e profissionais devem construir os melhores e mais saudáveis corpos, os quais por meio de suas formas e proporções, atestem a qualidade do estudante e do profissional.

Agora que eu entendi que eu tô fazendo tudo errado!! Foi esse ano... o ano começou eu falei “gente, por que eu tenho que me matar na academia igual essas meninas?!?! Eu acho que eu posso três vezes na semana!” (risos)! É uma corrida, todo mundo tentando competir!! Até entre as amigas. A gente compete entre nós. Poxa, minhas amigas, minha dupla de TCC, a gente fica toda hora falando, “mas eu tô fazendo isso”, aí ela fala, “então, eu tô fazendo isso, isso e aquilo!”. Aí a gente se compara, (risos)...

Embora os estudos qualitativos sobre a insatisfação corporal ainda sejam incipientes, é possível inferir que a pressão pela boa forma se soma a outras as pressões sociais, familiares e midiáticas que exigem que os jovens se destaquem e tenham um rendimento de excelência em

múltiplas atividades. Essa cobrança também se estende à constituição de seus corpos e aos seus hábitos alimentares e possivelmente, também ampliam os riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares entre os discentes do curso de Nutrição (Batista *et al.*, 2015; Espíndola *et al.*, 2021; Lopes *et al.*, 2017).

Nesse sentido, em um estudo transversal realizado com 141 estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), Penaforte *et al.* (2018) constataram uma expressiva presença de comportamentos alimentares, bem como significativa associação entre ON e insatisfação corporal, e ON e o estado nutricional desses acadêmicos; além de vultosos dados de insatisfação corporal dentre os discentes, não havendo diferenças do presente transtorno entre os períodos iniciais e finais do curso.

Assim como constatado no presente estudo, os resultados da investigação demonstram que esses sintomas podem já estar presentes anteriormente ao início da graduação em nutrição, de modo que o desenvolvimento de ON não provém diretamente das relações internas à academia, mas sim, são afloradas e alimentadas por essa (Penaforte *et al.*, 2018). Dessa maneira, estudos apontam que acadêmicos e profissionais de nutrição se encontram mais suscetíveis à adesão de comportamentos de risco para ON e confirmam uma palpável relação existente entre esses sintomas e suas atividades profissionais, ligadas diretamente ao corpo e à alimentação (Batista *et al.*, 2015; Espíndola *et al.*, 2021; Lopes *et al.*, 2017; Penaforte *et al.*, 2018).

Os entrevistados também chamam a atenção para diversas ocasiões ao longo da graduação em nutrição, em que se sentiram constrangidos, ou vivenciaram qualquer desconforto em relação aos seus corpos. Os participantes ressaltaram uma grande insegurança e incômodo diante da disciplina de Avaliação Nutricional (AVA), cujas práticas incluíam o ensino de métodos de desenvolvimento das avaliações físicas, as quais eram realizadas na modalidade “em espelho”, onde os próprios alunos se avaliavam fisicamente quanto às questões antropométricas (dobras cutâneas e circunferências corporais). Para os entrevistados, esse momento foi permeado de grande angústia e medos quanto à necessidade de exposição dos seus corpos, de forma arbitrária e constrangedora, diante de toda a turma e dos docentes, sendo ainda mais significativo entre aqueles que se consideravam mais distantes dos padrões estéticos, como pode ser observado a seguir:

Ah, é verdade. De AVA eu tava com um certo medinho, assim, tava... até eu lembro que eu sentia medo, “meu Deus, vou ter que ficar... se mostrar para os outros”, eu morria de vergonha já, eu sofria antecipadamente, sabe, com isso. (E4).

Mas no início você fica meio... “hum”, e eu ainda fui o teste da professora, pra ser lá na frente, aí eu tava, “meu Deus!” Mas assim, eu... fiquei meio assim, olhando coisa na balança também, porque tipo... sabe, a outra pessoa tá pesando você aí, você fica meio “hm” da pessoa ficar olhando quanto você tá... (E5).

Situações constrangedoras também é a avaliação antropométrica que fazem na sala, que é todo mundo junto e a gente tem que tirar, ficar de top... AVA foi um terror (risos)... e muitas vezes você é o modelo porque ninguém quer ser né! E aí muita gente vai reparar porque tem que desenhar no seu corpo, marcar as medidas, então... é chato! (E9).

Além dos receios corporais em se mostrar aos outros acadêmicos e professores, os participantes relataram os medos em não estarem enquadrados dentro dos parâmetros, das referências, intituladas pelas instituições estudadas durante o seu ensino, na supracitada disciplina. A esse medo, soma-se a preocupação de que os resultados da avaliação antropométrica, denunciasses uma suposta fragilidade, confirmada por um corpo distante das expectativas compartilhadas em relação aos estudantes de nutrição:

Eu acho que são as aulas de avaliação nutricional também, a gente vê medidas e tudo mais, né? Aí tipo... nossa, aí você tá lá, por exemplo, se a circunferência da cintura é tanto, aí se a sua não é, aí você fica, “meu Deus, risco para doenças cardiovasculares, e agora, o que eu faço?!?”. (E3).

Analisando o conjunto de entrevistas, é possível perceber que a vergonha em relação aos seus corpos, também se estendia para além das salas de aula e dos laboratórios, e também se manifestava em eventos, festas e confraternizações onde a exposição corporal passava a ser mais acentuada. Isso se dava principalmente, a um momento mais propício, com festas organizadas pela atlética do curso, em locais em que as roupas produzidas pela entidade são muito utilizadas e, quase sempre, curtas e com ênfase na exposição de algumas partes dos corpos. Dessa forma, os acadêmicos se recordam de diversas situações, nas quais se sentiram constrangidos, ou, para evitarem alguma situação desconfortável, se privavam da utilização de algumas roupas. Nesse sentido, algumas entrevistadas relatam que, nas festas, evitavam o uso de *tops*, saias, *shorts* ou blusas mais curtas ou justas, e até mesmo recorriam a roupas que escondessem seus corpos, ou disfarçassem os contornos dos mesmos, como relatado nas falas a seguir:

Não é que eu acho isso, eu sei que não tem nada a vê uma coisa com a outra, mas é que a gente fica “nossa, que as pessoas vão falar?” Ou pressão social no sentido de... sei lá, vai numa festa... eu já me senti assim. E me sinto, às vezes, sabe?... De corpo mesmo... assim gorda, que

se já usa uma blusinha já se acha, uma bochecha a mais, que eu sou bochechuda hshsh. É que sei lá, de vez em quando uma festa é piscina, a autoestima com nosso corpo, provavelmente quando eu fosse entrar, seria baixa, entendeu? (E4).

E festa também, a galera vai muito de crop, de top, e tipo, eu também não vou muito assim, né?! Queria ir assim, mas não tô com toda essa segurança ainda, eu tô... tô desenvolvendo aos poucos, entendeu? (E5).

De acordo com um estudo transversal de Lopes *et al.* (2017), avaliando a percepção de imagem corporal e o estado nutricional de acadêmicas de nutrição, é possível inferir que a relação entre o estado nutricional dessas estudantes e a satisfação das mesmas com a sua imagem corporal é, minimamente, capciosa. É possível afirmar que foi majoritária a insatisfação com a imagem apresentada pelas mulheres estudadas, independentemente do período em que estas encontravam-se no andamento do curso, e das ocasiões de adequação quanto ao estado nutricional das mesmas (Lira *et al.*, 2017).

Por fim, também é preciso destacar as concepções dos participantes quanto às expectativas sociais em relação ao corpo do estudante e do profissional de nutrição. De modo geral, os estudantes reconhecem a existência de um discurso, que permeia as instituições de formação, assim como o mercado de trabalho, que exigem que esses sujeitos adequem os seus corpos a um determinado padrão, que ateste a sua competência.

Embora questionem essas concepções e reconheçam a sua construção social e cultural, os estudantes também se sentem pressionados e preocupados em conformar os seus corpos, que passam a ser vistos como “cartão de visitas”, que atestam o seu sucesso e a qualidade de sua atuação acadêmica e profissional. Concomitante, os entrevistados também vivenciam a cobrança de colegas, docentes e futuros clientes para que utilizem os seus próprios corpos e histórias de vida como forma de captação de pacientes. Contudo, ao falharem no delineamento dos seus corpos, os mesmos vivenciam sentimentos de culpa e fracasso, associando o seu sucesso à sua forma física e composição corporal, como pode ser visto abaixo:

Eu acho que não, porque eu estou com essa mentalidade boa hoje, eu, eu falando, né?!... Igual tinha falado antes, “ah, não vou no nutricionista que está acima do peso ou que está um pouquinho maior”. Então eu acho que ainda tem uma pressão do estudante, estudante não, mas do profissional, é... ta no peso adequado, é... ta mais magrinho, fazer academia, porque é a visão que os outros têm! Então, já que tem essa pressão em relação aos outros com o profissional, eu acho que acaba fazendo um padrão, sabe?! Porque é o que a gente tem que tá... você vai querer cliente, entendeu? Não!!... Como que eu posso explicar?... É como se não tivesse

um corpo ideal..., mas a cobrança... é... não tem, eu sei que não tem!! Uma coisa não tem a ver com a outra!! Mas essa cobrança, sabendo que teu corpo é tua imagem, acaba fazendo esse padrão, sabe. (E4).

Em um estudo quantitativo descritivo, de caráter transversal, realizado com 37 acadêmicos do 2º ao 8º período do curso de Nutrição em Pindamonhangaba-SP, de maneira geral, Espíndola *et al.* (2021) observaram uma alteração positiva na alimentação dos estudantes com a entrada na graduação, sendo essa motivada, possivelmente, pela preocupação destes em ter uma “boa aparência”, sendo e mesma considerada uma característica de forte relevância para o sucesso profissional e o ingresso no mercado de trabalho. De maneira similar, em um estudo realizado por Lovato e Cruz (2020), foi possível pontuar que há, de fato, uma possível relação entre a classificação antropométrica do nutricionista e o estereótipo social de um corpo magro, o qual é relacionado como um dos pré-requisitos para a atuação do mesmo. Assim, concluiu-se que a defesa de um corpo magro (estereótipo de magreza) pode ser colocada como um dos critérios que influenciam na edificação da identidade do profissional nutricionista voltado ao sucesso em sua atuação no mercado de trabalho (Lovato; Cruz, 2020).

Ainda segundo os entrevistados, a conformação dos seus corpos aos padrões de beleza, também pode interferir na jornada profissional. Assim, aqueles cujos corpos se aproximam dos ideias de boa forma e atestam, por meio de seus corpos, a sua suposta competência, conseguem acesso a um mercado, mais rentável e elitizado de clientes, especialmente no que se refere às clínicas de nutrição. Por outro lado, segundo os entrevistados, aqueles que fracassam na conformação de seus corpos, têm como destino as cozinhas industriais, ou ainda, os serviços de saúde pública, os quais são menos rentáveis e lidam com um público que, assim como eles, também são carregados de estereótipos e apagamentos:

Pelo menos do meu ver... eu vejo que é um preconceito, só que é um preconceito elitizado. Porque quando a gente trabalha na atenção básica, por exemplo, com as pessoas que mais necessitam, elas não estão nem aí, elas nem sabem direito o que você faz. Mas agora quando você vai para um consultório, você vai atender umas pessoas que têm mais dinheiro ou afins, então o nutricionista tem que ser magro, se é homem ele tem que ser atlético, o seu dentista tem que ter o dente branco é... sei lá... seu cardiologista também não pode ser obeso, seu educador físico muito menos... agora se é na atenção básica, com as pessoas que realmente precisam desse atendimento meio que não tem escolha... Não faz a menor diferença!! (E1).

Também é importante destacar que, embora não contassem com espaços para discutir e compartilhar suas vivências em relação aos próprios corpos os estudantes relatam que, após o ingresso no curso, puderam conhecer e aplicar conhecimentos que os auxiliaram na tarefa de

redesenhar um “novo corpo”, passando a adotar novos hábitos que constituíram, desde então, a rotina diária desses discentes. À medida que progrediam no curso, os estudantes também passaram a refletir e tomar mais consciência de suas insatisfações corporais e sintomas de transtornos alimentares, na maior parte das vezes, buscando saídas, menos rígidas, que permitissem aceitar os seus corpos e seguir na formação. Com isso, a concepção de estruturas corpóreas, a constituição das doenças acometidas pelos hábitos alimentares, a fisiologia do corpo humano, os fatores genéticos envolvidos nos biotipos corporais, a não romantização da obesidade como, de fato, uma doença e as questões multifatoriais envolvidas em cada organismo, contribuíram para a construção de um novo conceito de “corpo ideal”, para esses acadêmicos, segundo os relatos:

Nossa, mudou bastante... eu acho que antes de entrar na graduação, é que já fazia muito mais tempo, né, mas... como não conhecemos as questões de saúde envolvidas, acho que pesa muito mais a pressão estética. Então, ser gordo é uma coisa que “não é saudável”. Era essa minha percepção, então eu precisava fazer alguma coisa para deixar de ser gordo, como se fosse um botãozinho assim que você aperta e modifica, mas não é assim. Hoje em dia a gente vê não, eu vejo que é... estudando sobre, né, que... entrar em um padrão não é uma coisa correta, a obesidade é uma doença multifatorial, muito complexa, existem padrões de corpos, enfim, muitas coisas envolvidas aí... (E1).

É, eu gosto de, quando eu penso em alimentação, quando eu penso em saúde, eu não penso mais em um corpo magro, que é uma coisa que eu pensava antes, eu penso mais em bem-estar em uma estar à vontade, sabe?... É isso! (E6).

É, eu acho que hoje em dia eu tenho uma lente... eu tenho várias lentes, né?! Que eu fui adquirindo na faculdade, que me ajuda a enxergar as coisas de uma forma, mais é, mais positiva, tipo, nessa questão corporal, sabe? E eu acho que muito disso se deve à faculdade, se deve aos professores, principalmente algumas matérias que eu acredito que tenham influenciado de uma forma positiva... (E7).

Esses dados, segundo Batista e Franco (2021), parecem indicar que, apesar de conviverem com as pressões sociais e de se sentirem insatisfeitos com os seus corpos, os estudantes possuem alguma crítica quanto ao fenômeno e questionam a suposta relação atribuída entre os seus corpos e sua competência profissional. Em um estudo realizado com profissionais nutricionistas acerca da importância do seu estereótipo dentro de sua atuação acabou por demonstrar, de forma unânime, a existência de uma pressão dentro dessa área de exercício para que o corpo do profissional em questão esteja de acordo (inserido) nos padrões de normalidade preconizados pela sociedade, e a mídia como um todo, como um corpo ideal.

Os autores conseguiram relatos de que mais da metade dos profissionais que foram entrevistados durante a pesquisa de alguma maneira já presenciou sob a forma de relatos, ou até mesmo vivenciou dentro da profissão escolhida, a alteração de suas áreas de atuação em virtude da percepção de que as suas características estéticas corporais não se apresentavam de acordo com aquelas prefixadas como referência dentro da nutrição (Batista; Franco, 2021).

De forma reiterada, os discentes relataram que aquelas expectativas que compartilhavam na entrada da graduação, foram ressignificadas. Os mesmos também reconhecem que, apesar de incipientes, as discussões sobre o tema, quando presente nas disciplinas e em outras ações da formação, se apresentou como algo libertador, que amenizava as inseguranças que, anteriormente, tomavam tamanha proporção na vida desses discentes que acabavam por inviabilizar a concretização do próprio conhecimento, conforme demonstrado nos relatos abaixo descritos:

Logicamente a pessoa que tem obesidade, tem uma doença e precisa ser trabalhada, mesmo que ela ame o corpo dela tudo mais, que ela aceite o corpo dela... isso é certo, mas não podemos romantizar a obesidade igual a desnutrição ou outras doenças!! E, para nutricionista não, acredito que não. Não tem o corpo..., mas é o ponto que eu coloquei anteriormente, a obesidade é uma doença e desnutrição também é uma doença... O nutricionista não tem que ter aquele corpo perfeito, nunca... o educador físico ou profissional de educação física tem que ser perfeito ou musculoso, não, jamais também! (E2).

Quando eu comecei nutrição, foi outro ponto de gatilho do que?... De sair dessas dietas loucas e malucas! Ou seja, foi quando eu aprendi a ter conhecimento de qual alimento é melhor, qual alimento não é, de ter conhecimento de macros e micros, de conhecimento de combinações para ter emagrecimento saudável e tudo mais. Então isso fortaleceu bastante, fora que eu tive um maior ganho de massa magra, então isso me ajudou bastante na perda de peso. (E2).

Eu acho que um corpo ideal é um corpo... eu vou ser bem “clichê”, é um corpo que você tá bem com ele, sabe?! Não, é... esse estigma de que “nutricionista tem que ser magra porque tem que vender produto” isso é ridículo! Saúde não é peso! Saúde não é peso definitivamente!! E, é claro que a gente analisa isso e tem quantidades certas, é... certas não, mas assim, um parâmetro! Mas pra mim, um profissional da saúde tem que se sentir confortável, se sentir seguro pra se apresentar, falar de como é, não acho que tem um padrão!! Não acho que tem padrão para nenhuma, nenhuma profissão, para nada! Eu acho que você tendo conhecimento, sabendo aplicar o seu trabalho de forma ética e certo, tá feito!! Acho que é isso... (E6).

As alterações nos modos de pensar e na consciência corporal, referida pelos estudantes ao longo do curso, indicam que a relação entre o processo de autopercepção corporal e as

insatisfações corporais, podem estar relacionadas, podendo essas serem minimizadas, ao longo da formação, por meio de espaços de reflexão e aprendizado. Dentre as teorias que abordam a relação mencionada, disponíveis na literatura, destacam-se três (Arroyo, 2014). A primeira é a teoria da autodiscrepância, a qual prevê que as pessoas são incentivadas para alcançar os padrões dotados como “ideais” de beleza em suas concepções, mas tendem a sentir insatisfações quando identificam discrepâncias entre o que analisam ser, ter e possuir (o eu real) e o que almejam ser e esperam possuir (o eu ideal). A segunda é a teoria da comparação social, a qual infere que os indivíduos tendem a se compararem uns aos outros no intuito de se autoavaliarem, possibilitando que a insatisfação seja nascente de discrepâncias analisadas nesse processo. E por fim a terceira grande categoria, a da objetificação, a qual infere que dentro da cultura ocidental os corpos femininos são tidos como objetos vinculados ao prazer e satisfação dos outros. Assim, muitas mulheres levam seus corpos a se auto-objetificarem, tratando seus próprios corpos como elementos que devem ser avaliados e analisados socialmente (Arroyo, 2014).

Segundo o estudo, já citado, de Espíndola *et al.* (2021), o ingresso na formação de Nutrição pode contribuir para mudanças positivas na saúde física e mental dos jovens como: o início da prática de exercícios físicos vinculados à saúde corporal; a satisfação com seu peso corporal e a mudança da alimentação. Já quanto à presença de transtornos de ansiedade e estresse, obteve-se dados piores ao longo dos semestres cursados, sendo esses mais prevalentes nos anos finais em comparação com os anos iniciais. Constatou-se ainda que alterações na alimentação adquiridas pelos universitários após a entrada no curso poderiam estar relacionadas com o ganho de conhecimento ao longo do mesmo. Na mesma direção, visando compreender melhor a pressão existente entre o grupo de acadêmicos em nutrição, Bandeira *et al.* (2016) concluíram que a expressividade dentro do tema “imagem corporal” é maior sobre esses estudantes devido à expectativa de que sua função profissional haverá ocasiões de atendimentos voltados ao cuidado de pacientes que tenham algum grau de insatisfação com sua imagem corporal.

Em uma revisão integrativa, desenvolvida por Graner e Cerqueira (2019), há um apontamento em que os acadêmicos mais engajados nas atividades do curso, com melhores percepções acerca da vivência na universidade apresentaram melhores resultados em sua saúde mental e bem-estar. Ademais, dentre algumas características psicológicas voltadas à proteção do sofrimento psíquico dentro do âmbito acadêmico, ressaltaram-se: o senso de coerência, empoderamento, autoeficácia (confiança sobre a própria capacidade), controle e cognição em

diferentes situações, vigor elevado (maior energia e entusiasmo com o aprendizado), maior autoestima e afeto, elevada resiliência, bom relacionamento, além de um maior controle sobre o eventos inerentes à vida humana (Graner; Cerqueira, 2019).

Ao final das entrevistas, alguns participantes destacaram a importância desses espaços para conversarem sobre esse fenômeno, segundo eles, muito recorrente, mas também silenciado, ao longo da graduação em nutrição:

Eu acho muito legal esse, essa... essa pesquisa que vocês estão fazendo porque é uma percepção que, é uma coisa que a gente fala o tempo inteiro, a gente tá dando conselhos o tempo inteiro, falando para outras pessoas mas também não tem ninguém falando pra gente, então é muito legal poder né... vocês fazerem essa análise pra ver como a gente está se sentindo também (risos). Achei muito bom!! (E6).

Gostei muito do tema!! Acho que é um tema muito necessário, muito legal pra um TCC!! É isso (risos)! (E7).

Ahhh, você percebeu que eu tô agitada?! Mas eu adorei participar, amigo!! Sucesso aí, tá?! Foi incrível, foi uma terapia gratuita! (risos! (E9).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De modo geral, os relatos dos estudantes de nutrição, indica o reconhecimento da existência de um padrão de imagem corporal, construído e difundido socialmente, que apresenta modelos de corpos, especialmente magros, hipertrofiados, como padrão de estereótipo corporal, que deve ser tomado modelo de corpo por todos, especialmente pelos profissionais da área da Nutrição. Os estudantes também reconhecem que, historicamente, as mulheres são mais pressionadas a delinear corpos que correspondam a esses modelos, fortemente difundidos por meio de veículos de comunicação, sobretudo as redes sociais que, em meio a um sistema capitalista, consumidor, influente e massificado, pressiona esses discentes, diariamente, a buscarem estratégias para conformar as incoerências e insatisfações em seus corpos.

Também foi possível observar que, as insatisfações com o corpo, percebidas pelos estudantes de nutrição, se iniciam bem antes mesmo do ingresso na universidade, especialmente na passagem para a adolescência, quando a vergonha e o medo da exposição dos corpos também contribuíram para sintomas de transtornos alimentares e de imagem corporal. Nesse sentido, a família e a escola são apontadas, pelos entrevistados, como importantes espaços onde circulam discursos e violências para conformação dos seus corpos.

Constata-se também a existência de uma pressão interna significativa entre os estudantes do curso de Nutrição para adequação dos seus corpos aos estereótipos que exigem, desses profissionais, um corpo que ateste a sua competência e qualidade técnica. Durante diferentes etapas da formação, especialmente nas aulas de AVA, os estudantes se sentiam inseguros com a exposição dos seus corpos, temendo serem reconhecidos como menos capazes, em função de sua composição corporal. Embora reconheçam a existência dessa pressão social, ao longo do curso, os estudantes desenvolvem uma relação crítica que os permite questionar e buscar romper com esses estereótipos.

Apesar da relevância dos resultados, é possível que alguns aspectos possam limitar a generalização dos achados. Nesse sentido, por se tratar de uma temática sensível ao grupo, é possível que os participantes tenham se sentido, de alguma forma, inibidos de relatar experiências pessoais mais íntimas e dolorosas, como, por exemplo, em relação aos comportamentos alimentares de risco. Estudos futuros, poderão se valer de outras estratégias que busquem minimizar esses efeitos. Além disso, tendo em vista o maior número de mulheres entre as estudantes e profissionais de nutrição, no presente estudo, houve uma menor participação masculina. Novas investigações poderão considerar análises comparativas entre os relatos de homens e mulheres, uma vez que, como apontam os dados do presente estudo, parece haver uma maior cobrança entre as profissionais do gênero feminino. Por fim, é preciso considerar que os resultados aqui analisados, dizem respeito a um grupo de jovens, de classe média e urbanos, de uma capital do centro-oeste brasileiro. Considerando os aspectos sociais do fenômeno da imagem corporal, é possível supor que estudantes de nutrição de outras classes sociais e regiões do país, apresentam singularidades, que poderão ser discutidas em novos estudos.

Por fim, ressalta-se a necessidade da criação e fomentação de atividades acadêmicas interdisciplinares e interprofissionais voltadas à ausculta dos discentes dos cursos das áreas da saúde, em especial, da Nutrição e da Educação Física, a fim de que se consiga mitigar o aparecimento de insatisfações corporais baseadas em critérios de fomento midiático, social, familiar e até mesmo disciplinar, dentro da academia, e assim, demonstrar a riqueza contida na construção de conhecimento e em sua aplicação.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, K. L. de. *et al.* Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho.

Revista de Nutrição, v. 28, n. 6, p. 569-579, nov./dez. 2015. DOI:

<https://doi.org/10.1590/1415-52732015000600001>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rn/a/cWQhb3Q9MyNX4tKvyqyw7f/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 7 jun. 2024.

ARROYO, A. Body Image. Connecting theory to fat talk: Body Dissatisfaction Mediates the Relationships between weight discrepancy, upward comparison, body surveillance, and fat talk. **Elsevier**, Amsterdã, v. 11, n. 3, p. 303-306, June, 2014. DOI:

10.1016/j.bodyim.2014.04.006. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24958666/>.

Acesso em: 2 jun. 2024.

BANDEIRA, Y. E. R. *et al.* Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de

Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**,

Rio de Janeiro (RJ), v. 65, n. 2, p. 168-173, abr./jun. 2016. DOI: [https://doi.org/10.1590/0047-](https://doi.org/10.1590/0047-2085000000119)

2085000000119. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/9jL5RBF6NgbQgptFdXCX3FM/abstract/?lang=pt#> Acesso

em: 1 jun. 2024.

BARBOSA, M. R.; MATOS, P. M.; COSTA, M. E. Um olhar sobre o corpo, o corpo ontem e hoje. **Psicologia e Sociedade, Universidade do Porto**, Portugal, v. 23, n. 1, p. 24-34, abr.

2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822011000100004>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/psoc/a/WstTrSKFNy7tzvSyMpqrWjz/?lang=pt#>. Acesso em: 20 fev.

2024.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. 1. ed. São Paulo: Edições 70, 2016. Disponível em:

[https://madmunifacs.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/08/anc3a1lise-de-contec3bado-](https://madmunifacs.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/08/anc3a1lise-de-contec3bado-laurence-bardin.pdf)

laurence-bardin.pdf. Acesso em: 5 jun. 2024.

BATISTA, A. *et al.* Dimensão atitudinal da imagem corporal e comportamento alimentar em graduandos de educação física, nutrição e estética da cidade de Juiz de Fora – MG. **Revista da Educação Física/UEM**, Juiz de Fora, v. 26, n. 1, p. 69-77, mar. 2015. DOI:

<https://doi.org/10.4025/reveducfis.v26i1.23372>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/refuem/a/6CJh5sNzZVckZgvzkcqJVrx/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 10 jan. 2024.

BATISTA, L. S.; FRANCO, E. P. D. de. **O reflexo do estereótipo relacionado ao padrão**

corporal do nutricionista na sua atuação profissional. Pouso Alegre, 2021. Disponível em:

<https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/43f938c6-f848-4800-883b-a8a12081f7a1>.

Acesso em: 26 maio 2024.

BRAGA, P. D.; MOLINA, M. C. B.; FIGUEIREDO, T. A. M. de. Representações do corpo:

com a palavra um grupo de adolescentes de classes populares. **Revista Ciência e Saúde**

Coletiva, v. 15, n. 1, p. 87-95, jan. 2010. DOI: [https://doi.org/10.1590/S1413-](https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000100014)

81232010000100014. Disponível em:

[https://www.scielo.br/j/csc/a/3sMtswZLtpcRbnmnDYTrXgg/abstract/?format=html&lang=pt](https://www.scielo.br/j/csc/a/3sMtswZLtpcRbnmnDYTrXgg/abstract/?format=html&lang=pt#)

#. Acesso em: 5 jun. 2024.

BRUGIOLO, A. S. S. *et al.* Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em estudantes universitários. **Revista Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo (SP), v. 28, n. 4, p. 449-454, out./dez. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-2950/21008128042021>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/TcmktZHpmHn8hqsK6nG7kCy/#>. Acesso em: 15 maio 2024.

CAMPOS, M. F. O corpo do adolescente e sua inscrição no social. *In*: ALMEIDA, F. A. de.; KLAUSS, J. (org.). **Psicologia: Teorias e práticas em pesquisa**. Guarujá (SP): Científica digital LTDA, 2024. P. 153-171. Disponível em: <https://www.editoracientifica.com.br/books/psicologia-teorias-e-praticas-em-pesquisa-volume-1>. Acesso em: 25 maio 2024.

CANALI, P. *et al.* Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo (SP), v. 15, n. 93, p. 244-250, mar./abr. 2021. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/640725511/Untitled>. Acesso em: 22 maio 2024.

CLAUMANN, G. S. *et al.* Satisfação com a imagem corporal em acadêmicos ingressantes em cursos de Educação Física. **Revista da Educação física- UEM**, v. 25, n. 4, p. 575-583, set./dez. 2014. DOI: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v25i4.23456>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/refuem/a/mvrBWw4D5Rp6fYVdzb3VsQv/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 jun. 2024.

CORBIN, A.; COURTINE, Jean-Jacques; VIGARELLO, G. **História do Corpo**. Petrópolis: Vozes, 2012.

DAOLIO, J. Os significados do corpo na cultura e as implicações para a educação física. **Revista de Educação Física da UFRGS**, [São Paulo], v. 2, n. 2, p. 24-28, jun. 1995. DOI: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2184>. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/2184>. Acesso em: 20 fev. 2024.

ESPÍNDOLA, B. H. S. G. *et al.* Atitudes alimentares e insatisfação corporal em estudantes de nutrição de uma instituição particular de ensino superior, matriculados em diferentes períodos do curso. **Research, Society and Development Journal**, Vargem Grande Paulista (SP), v. 10, n. 14, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i14.21686>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/21686>. Acesso em: 26 maio 2024.

GAMA, C. O. da. *et al.* Prevalencia de insatisfacción corporal entre estudiantes universitarios brasileños. Revisión sistemática y metanálisis. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 29, n. 313, p. 161-178, 1 jun. 2024.

GEERTZ, C. **A Interpretação das Culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 2008. *E-book*. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=3056743&forceview=1>. Acesso em: 28 jan. 2024.

GONÇALVES, F. T. D. *et al.* Imagem corporal feminina e os efeitos sobre a saúde mental: uma revisão bibliográfica sobre a intersecção entre gênero, raça e classe. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 39, e2194, p. 2020.

GOULART, C. F.; CARVALHO, P. A. de. Corpo ideal e corpo real: a mídia e suas influências na construção da imagem corporal. **Psicologia.pt**, jun. 2018. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?corpo-ideal-e-corpo-real-a-midia-e-suas-influencias-na-construcao-da-imagem-corporal&codigo=A1209. Acesso em: 3 jun. 2024.

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, v. 24, n. 4, p. 1327-1346, abr. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/RLFrGpHpQKgkYpwXvHx3B3b/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 20 maio 2024.

GUIMARÃES, T. J.; PEREZ, A.; DUNKER, K. L. L. Impacto de práticas parentais de peso e dieta na imagem corporal de adolescentes do sexo feminino. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro (RJ), v. 69, n. 1, p. 31-37, jan./mar. 2020. DOI:

<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000262>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/sbqX85Nv8BqYqYChstLxSLd/?lang=pt#>. Acesso em: 20 maio 2024.

HEAD, H.; HOLMES, G. Sensory Disturbances From Cerebral Lesions. **Brain**, v. 34, n. 2, p. 102-254, Nov. 1911. DOI: <https://doi.org/10.1093/brain/34.2-3.102>. Disponível em:

<https://academic.oup.com/brain/article-abstract/34/2-3/102/326963?redirectedFrom=fulltext>.

Acesso em: 15 maio 2024.

HOSSEINI, S. A.; PADHY, R. K. Body Image Distortion. **Ilha do Tesouro**, FL: StatPearls, 2022. *E-book*. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31536191/>. Acesso em: 20 jan. 2024.

JIOTSA, B. *et al.* Social Media Use and Body Image Disorders: Association Between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body Dissatisfaction and Drive for Thinness. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 6, p. 1-14, Mar. 2021. DOI:

<https://doi.org/10.3390%2Fijerph18062880>. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8001450/>. Acesso em: 18 jan. 2024.

LIRA, A. G. *et al.* Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, São Paulo, v. 66, n. 3, p. 164-171, jul./set. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000166>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 3 jun. 2024.

LOPES, L. F. S. *et al.* Avaliação da distorção da imagem corporal e insatisfação corporal dos estudantes e profissionais de saúde. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Ouro Preto (MG), v. 17, p. 1-16, 2022. DOI: 10.12957/demetra.2022.61016. Disponível em:

<https://www.repositorio.ufop.br/handle/123456789/16330>. Acesso em: 5 jun. 2024.

LOPES, M. A. M. *et al.* Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. **Revista Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde**, Piauí, v. 12, n. 1, p. 193-206, jan. 2017. DOI: <https://doi.org/10.12957/demetra.2017.22483>.

Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/22483>.

Acesso em: 26 maio 2024.

LOVATO, C. S.; CRUZ, A. da. Profissional nutricionista: sua percepção sobre as cobranças externas relacionadas à sua imagem corporal e estereótipos. **Revista Ideação**, Foz do Iguaçu (PR), v. 22, n. 1, p. 199-214, jun. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.48075/ri.v22i1.24637>.

Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/346998615_PROFSSIONAL_NUTRICIONISTA_SUA_PERCEPCAO_SOBRE_AS_COBRANCAS_EXTERNAS_RELACIONADAS_A_SUA_IMAGEM_CORPORAL_E_ESTEREOTIPOS. Acesso em: 26 maio 2024.

MARTINS, A. M.; NASCIMENTO, A. R. A. do. Imagem corporal masculina: revisão integrativa da produção científica latino-americana (2005-2019). **Motrivivência**, [S. l.], v. 32, n. 63, p. 01–23, 2020. DOI: 10.5007/2175-8042.2020e72330. Disponível em:

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2020e72330>.

Acesso em: 9 jun. 2024.

MINAYO, M. C. S. (org). Pesquisa Social: Teoria, Método e Criatividade. Petrópolis (RJ): Vozes, 2002.

MOUNTFORD, V.; KOSKINA, A. Body Image. **Encyclopedia of Feeding and Eating Disorders**, Singapura: Springer Science + Business Media, p. 1-5, 2015. DOI:

http://dx.doi.org/10.1007/978-981-287-087-2_74-1. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/314690777_Body_Image. Acesso em: 18 maio 2024.

NEAGU, A. Body Image: **A theoretical framework. The publishing house of the romanian academy**, Romênia, v. 17, n. 1, p. 29-38, 2015. Disponível em:

<https://acad.ro/sectii2002/proceedingsChemistry/doc2015-1/Art04Neagu.pdf>. Acesso em: 22 maio 2024.

NOVAES, J. V. **Sobre o intolerável peso da feiúra. Corpo, sociabilidade e regulação social**. BVS, Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: [http://ppg.psi.puc-](http://ppg.psi.puc-rio.br/uploads/uploads/1969-12-31/2004_041da0ad1e25f0af42ae0b6c0573544a.pdf)

[rio.br/uploads/uploads/1969-12-31/2004_041da0ad1e25f0af42ae0b6c0573544a.pdf](http://ppg.psi.puc-rio.br/uploads/uploads/1969-12-31/2004_041da0ad1e25f0af42ae0b6c0573544a.pdf). Acesso

em: 25 maio 2024.

OLIVEIRA, A. G. de. *et al.* Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Revista de Enfermagem UFPE On-line**, Pernambuco, v. 14, 2020. DOI:

<https://doi.org/10.5205/1981-8963.2020.245234>. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1102770>. Acesso em: 30 maio 2024.

PENAFORT, F. R. O. *et al.* Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro (RJ), v. 67, n. 1, p. 18-24, jan./mar. 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000179>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/QFXgCWDw8PsxtZZgnSW55Nh/?lang=pt#>. Acesso em: 20 maio 2024.

ROSSI, T. C. Feminilidade e suas imagens em mídias digitais: Questões para pensar gênero e visualidade no século XXI. **Revista de Sociologia da USP-Tempo Social**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 235-255, abr. 2017. DOI: <https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2017.103981>.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ts/a/K6YDWkysX5FBBR9Q9rPXWJM/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 3 jun. 2024.

SANTOS, M. A. dos. *et al.* Corpo, saúde e sociedade de consumo: a construção social do corpo saudável. **Revista Saúde e Sociedade**, Ribeirão Preto (SP), v. 28, n. 3, p. 239-352, jul./set. 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902019170035>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/96j6vDCX8Kcv7s94yQ7KNHS/#>. Acesso em: 6 jun. 2024.

SCHILDER, P. F. The Somato-Psyche in Psychiatry and Social Psychology. **The Journal of Abnormal and Social Psychology**, v. 29, n. 3, p. 314-327, 1933. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0075479>. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1935-02821-001>. Acesso em: 15 maio 2024.

SCHLÖSSER, A.; CAMARGO, B. V. Representações Sociais da Beleza Física para Modelos Fotográficos e Não Modelos. **Psico**, [S. l.], v. 46, n. 2, p. 274-282, 2015. DOI: 10.15448/1980-8623.2015.2.17725. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/17725>. Acesso em: 9 jun. 2024.

SHAFRAN, R. *et al.* Body Checking and its Avoidance in Eating Disorders. **International Journal of Eating Disorders**, v. 25, n. 1, p. 93-101, Jan. 2004. DOI: <https://doi.org/10.1002/eat.10228>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14705162/>. Acesso em: 15 jan. 2024.

SILVA, M. R. da.; FERNANDES, P. L. Presença de ortorexia nervosa em estudantes de Educação Física e Nutrição. **Colloquium Vitae**, São Paulo (SP), v. 12, n. 1, p. 45-51, jan./abr. 2020. DOI: 10.5747/cv.2020.v12.n1.v282. Disponível em: <https://journal.unoeste.br/index.php/cv/article/view/3313>. Acesso em: 2 jun. 2024.

SILVA, N. G. da.; SILVA, J. da. Aspectos Psicossociais Relacionados à Imagem Corporal de Pessoas com Excesso de Peso. **Revista Subjetividades**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 2019. DOI: 10.5020/23590777.rs.v19i1.e8030. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/rmes/article/view/e8030>. Acesso em: 7 jun. 2024.

SILVA, R. E. S.; APRÍGIO, R. F.; LIMA, D. I. A. de. O impacto causado pela influência da mídia na construção da imagem corporal. **Revista Científica do Centro Universitário de Jales**, Jales (SP), p. 196-207, 2019. Disponível em: <https://reuni.unijales.edu.br/edicoes/14/edicao-completa.pdf>. Acesso em: 22 maio 2024.

SOARES, S. J. Pesquisa científica: uma abordagem sobre o método qualitativo. **Revista Ciranda**, Montes Claros (MG), v. 1, n. 3, p. 168-180, jan./dez. 2019. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/ciranda/article/view/314>. Acesso em: 5 jun. 2024.

SOUZA, S. G. de. Influência da mídia sobre a imagem corporal de adolescentes: uma revisão bibliográfica. **Biblioteca digital da produção intelectual discente**, Brasília (DF), 2022. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/33627>. Acesso em: 2 jun. 2024.

SPRECKELSEN, P. V. *et al.* **Negative body image: Relationships with heightened disgust propensity, disgust sensitivity, and self-directed disgust**, v. 13, n. 6, June 2018. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0198532>. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0198532#references>. Acesso em: 25 jan. 2024.