

## ASSOCIAÇÃO DA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE COM PERCEPÇÃO DO PESO E IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO

JÚLIA FREIRE DANIGNO<sup>1</sup>; INGRID MOURA DIAS<sup>2</sup>; LISIANE DIAS DA CRUZ<sup>3</sup>;  
PRISCILA ARRUDA DA SILVA<sup>4</sup>; YOHANA PEREIRA VIEIRA<sup>5</sup>; SAMUEL  
DUMITH<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – juliadanigno@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Universidade Federal do Rio Grande – ingrid.mrds@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal do Rio Grande – lisiddc@hotmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal do Rio Grande – patitaarruda@yahoo.com.br

<sup>5</sup>Universidade Federal do Rio Grande – yohana\_vieira@outlook.com

<sup>6</sup>Universidade Federal do Rio Grande – scdumith@yahoo.com.br

### 1. INTRODUÇÃO

A adolescência é um período caracterizado por transformações biopsicossociais e alterações corporais, as quais podem causar nos sujeitos uma excessiva preocupação sobre como serão vistos pelos outros em relação a sua aparência física (DAS et al., 2017; SLATER et al., 2012). Tais mudanças físicas acabam por impactar diretamente na autopercepção do peso e ocasionar uma insatisfação da imagem corporal entre os adolescentes (MILLS; ROOSEN; VELLA-ZARB, 2011).

A imagem corporal é um construto que envolve a percepção do tamanho e da forma do corpo, pensamentos e sentimentos consigo mesmo e comportamentos executados para modificar, verificar ou ocultar uma parte ou todo o corpo (THOMPSON; BERG, 2002).

Os indivíduos buscam corpos estereotipados e a idealização de um corpo perfeito, enaltecimento da magreza e dietas, podem gerar distúrbios da imagem corporal e gerar um reconhecimento incorreto do status de peso, gerando repercussões prejudiciais, como alterações comportamentais para o controle do peso e hábitos não saudáveis (LIRA et al., 2017). Assim, as distorções da imagem corporal e da percepção de peso, a busca pelo corpo ideal e pela aceitação social e os problemas biológicos influenciados pelo excesso ou falta de peso, podem desencadear comprometimento das relações sociais e da qualidade de vida, além de distúrbios alimentares e alterações psicológicas e emocionais significativas, dentre elas a depressão, a ansiedade e o estresse (MOEHLECKE et al., 2020)

Considerando que na adolescência todas as mudanças se intensificam, que a avaliação social, principalmente sobre o corpo, se torna uma questão importante para os sujeitos e que, muitas vezes, a distorção e a insatisfação com a imagem corporal resultam em sofrimento psíquico, torna-se fundamental compreender cada vez mais essa temática para o aprimoramento de estratégias de saúde que busquem qualidade de vida como um todo. Assim, o objetivo geral do presente estudo foi analisar o IMC, a percepção, a atitude e a satisfação em relação à imagem corporal e relacionar com sintomas de depressão, ansiedade e estresse, em estudantes do ensino médio de uma Instituição Federal de Ensino do Rio Grande do Sul (IFRS).

### 2. METODOLOGIA

Estudo transversal de base populacional. A amostra foi composta de 718 estudantes do ensino médio. Os sintomas de depressão, ansiedade e estresse

foram medido pela Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DAE) . As variáveis independentes foram índice de massa corporal, satisfação em relação ao corpo, percepção em relação ao corpo, atitude em relação ao corpo e desejo em relação à silhueta. As variáveis confundidoras analisadas foram: sexo, idade, cor da pele, escolaridade da mãe, índice de bens, atividade física, fumo, álcool, uso de redes sociais, bullying e suporte social. Primeiramente, a amostra foi descrita usando frequências absolutas e relativas, médias e desvios padrões. Após, foi feita análise bivariada, mostrando a prevalência dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse de acordo com as variáveis independentes. Por último, empregou-se a regressão de Poisson, com ajuste robusto para variância, para rodar as análises brutas e ajustadas, extraindo-se a razão de prevalência (RP), intervalo de confiança de 95% (IC95%) e valor p do teste de Wald. Para a análise ajustada, foram empregados três modelos de análise: 1) ajuste para as variáveis demográficas e socioeconômicas; 2) ajuste para as variáveis do modelo 1 mais variáveis comportamentais, bullying e suporte social; 3) ajuste para as variáveis do modelo 2 mais as variáveis independentes do estudo. O nível de significância utilizado foi de 5% para testes bicaudais.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre as 718 matrículas, 84 alunos haviam desistido do curso no momento da coleta dos dados, totalizando 634 estudantes elegíveis para compor a amostra. Destes, 25 se recusaram a participar e 93 não foram localizados, gerando um índice de resposta de 81,5%. A variável dependente deste estudo teve 18 perdas, o que gerou um 'n' final de 498 indivíduos.

50,9% da amostra eram do sexo masculino com idade média de 16,8 (DP=1,3), variando de 14 a 20 anos.

Após análise bruta, as variáveis satisfação corporal, percepção corporal, atitude em relação ao corpo e desejo em relação à silhueta mostraram-se associadas ao desfecho. Porém, após ajuste para o Modelo 1, a variável atitude em relação ao corpo perdeu associação significativa.

A variável de satisfação corporal, por sua vez, manteve-se associada ao desfecho após ajuste para os três modelos, de modo que, no modelo mais ajustado, a probabilidade de DAE foi 2,28 vezes maior entre indivíduos insatisfeitos com o próprio corpo (IC95% 1,25; 4,14), comparado aos indivíduos considerados satisfeitos. Associações semelhantes foram encontradas em outros estudos, como no estudo de Osmen (2007), a insatisfação corporal foi associada a depressão, porém no status de peso percebido não houve associação. O estudo de Moehlecke (2020), encontrou associação entre insatisfação corporal e adolescentes com pontuação positiva para transtornos mentais comuns. Porém, neste estudo o instrumento utilizado para identificar transtornos mentais comuns não indicava um diagnóstico. No estudo de Stice (2000), a insatisfação corporal previu o início da depressão em adolescentes não deprimidos. Esses resultados indicam que o bem-estar psicológico é um fator mais influente na satisfação corporal do que o peso real (OZMEN et al., 2007). Sugere-se que a utilização da imagem corporal deve ser trabalhada em intervenções de benefício da saúde mental de adolescentes. Além de inclusão de avaliações de saúde mental em adolescentes que referem percepção equivocada da imagem corporal (MOEHLECKE et al., 2020).

A variável de percepção corporal também manteve associação significativa após ajuste para as variável do Modelo 3; assim, a probabilidade de DAE em indivíduos que perceberam o próprio corpo como gordo foi aproximadamente duas

vezes maior (RP 1,76, IC95% 1,10, 2,82) quando comparada aos indivíduos que perceberam o corpo como normal. Assim, pessoas que têm uma percepção de peso que se distancia do padrão criado pela sociedade, seja sobrepeso ou baixo peso, possuem maior probabilidade de ter sofrimento psicológico (ATLANTIS & BALL, 2018). Além disso, a percepção de sobrepeso está ligada diretamente à saúde mental (LANKINEN et al., 2018), podendo ter influências psicológicas negativas para os jovens (XIE et al., 2003). Assim, para promover a saúde mental dos adolescentes é importante que as escolas trabalhem em conjunto com profissionais da saúde para que se tenha um suporte e seja possível desenvolver ações com o objetivo de conscientizar o adolescente sobre o seu próprio corpo (CONTI et al., 2005).

A variável desejo em relação à silhueta não mostrou associação após ajuste para os modelos 1 e 2; porém, após ajuste para o Modelo 3, houve associação significativa, onde verificou-se uma proteção 51% em relação ao desenvolvimento de DAE entre os indivíduos que desejavam diminuir a silhueta (RP 0,49, IC95% 0,28; 0,86), comparados aos que desejavam manter a silhueta. Isso pode ocorrer pois, a depender dos comportamentos empregados, como criação e manutenção de exercícios físicos adequados, tais hábitos saudáveis podem ter efeito protetivo aos sintomas de depressão e ansiedade (BURGESS, GROGAN & BURWITZ, 2006). O desejo de perder peso é generalizado, especialmente no ensino médio, principalmente pela influência social e mídia elogiando aspectos como a magreza (TSUJIMOTO et al, 2013). Não se restringe apenas a pessoas com sobrepeso que sofrem consequências médicas adversas, que necessitam da perda por questões fisiológicas (TAMIN et al, 2014), por isso é necessário verificar se a vontade de perder peso está vinculada a seleção de comportamentos de saúde apropriados .

#### 4. CONCLUSÕES

Conclui-se que a maioria dos estudantes pesquisados está insatisfeita com sua imagem corporal e observou-se uma elevada prevalência de estudantes com sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Foram observadas associações estatisticamente significativas entre imagem corporal e sintomas de ansiedade e depressão. Esses resultados são importantes para que possíveis transtornos de imagem corporal possam ser percebidos e tratados por meio de medidas como programas de valorização da própria identidade e melhor aceitação de si, desmistificação de um padrão social que busca uma imagem perfeita em detrimento dos outros biotipos e políticas voltadas para atividades físicas e hábitos mais saudáveis entre escolares com ênfase na saúde física e mental, não na estética. Observando também, dessa forma, a importância da necessidade de realização de estudos futuros que utilizem instrumentos que venham a complementar à escala de silhuetas possibilitando assim uma compreensão para análise de outras dimensões relacionadas à imagem corporal, além dos motivos já identificados geradores de tal insatisfação.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DAS, J. K. et al. Nutrition in adolescents: physiology, metabolism, and nutritional needs. **Annals of the New York Academy of Sciences**. Blackwell Publishing Inc., , 1 abr. 2017.
- SLATER, A. et al. Just one click: A content analysis of advertisements on teen web sites. **Journal of Adolescent Health**, v. 50, n. 4, p. 339–345, 1 abr. 2012.

- ATLANTIS, Evan; BALL, Kylie. Association between weight perception and psycho-logical distress. **International journal of obesity**. v. 32, n. 4, p. 715-721, 2008.
- AVALOS, L. C.; TYLKA, T. L. Exploring a Model of Intuitive Eating With College Women. 2006.
- BURGESS, Gillian; GROGAN, Sarah; BURWITZ, Les. Effects of a 6-week aerobic dance intervention on body image and physical self-perceptions in adolescent girls. **Body image**, v. 3, n. 1, p. 57-66, 2006.
- CONTI, Maria Aparecida; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí; GAMBARDELLA, Ana Maria Dianezi. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. **Rev. Nutr.** v. 18, n. 4, p. 491-497, 2005.
- EITLE, David; EITLE, Tamela Mcnulty. Obesity, Overweightness, and Depressive Symptomology Among American Indian Youth. **Journal Of Racial And Ethnic Health Disparities**, [s.l.], v. 5, n. 6, p. 1305-1314, 9 mar. 2018. Springer Science and Busi-ness Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1007/s40615-018-0479-9>.
- LANKINEN, Vilma et al. Perceived rather than actual overweight is associated with mental health problems in adolescence. **Nordic journal of psychiatry**. v. 72, n. 2, p. 89-96, 2018.
- 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**, v. 66, n. 3, p. 164–171, 1 jul. 2017.
- MILLS, J. S.; ROOSEN, K. M.; VELLA-ZARB, R. The psychology of body image: Understanding body image instability and distortion | Request PDF. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/284187697\\_The\\_psychology\\_of\\_body\\_image\\_Understanding\\_body\\_image\\_instability\\_and\\_distortion](https://www.researchgate.net/publication/284187697_The_psychology_of_body_image_Understanding_body_image_instability_and_distortion)>. Acesso em: 3 jun. 2020.
- MOEHLECKE, Milene et al. Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study. **Jornal de Pediatria** (Versão em Português), v. 96, n. 1, p. 76-83, 2020.
- OZMEN, Dilek et al. The association of self-esteem, depression and body satisfaction with obesity among Turkish adolescents. **BMC Public Health**. v. 7, n. 1, p. 80, 2007.
- TAMIM, Hala; DUMIT, Nuhad; TERRO, Abdallah; AL-HOURANY, Ramzi; SINNO, Dima; SEIF, Fadi; STEITIEH, Souzan; MUSHARRAFIEH, Umayya. Weight control measures among university students in a developing country: A cultural association or a risk behavior. **Journal of the American College of Nutrition**, [S. l.], v. 23, n. 5, p. 391–396, 2004. DOI: 10.1080/07315724.2004.10719383.
- THOMPSON, J.; BERG, P. VAN DEN. Measuring Body Image Attitudes Among Adolescents and Adults. *Body Images: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*, 1 jan. 2002.
- XIE, Bin et al. Weight perception and psychological factors in Chinese adolescents **Journal of Adolescent Health**. v. 33, n. 3, p. 202-210, 2003.