AVALIAÇÃO DA INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E FATORES ASSOCIADOS EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

Assessment of body image dissatisfaction and associated factors in health care university students

Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud

https://doi.org/10.5935/2176-3038.20250013

Recebido: 10.ago.2024
Corrigido: 11.mai. 2025
Aprovado: 13.ago.2025

Mariana Silveira Farias[6]
Caroline Oliveira Amaral Rodrigues[7]
Lucinéia de Pinho[8]

Resumo: Este estudo teve como objetivo avaliar a insatisfação com a imagem corporal (IC) e os fatores a ela associados entre universitários da área da saúde. A pesquisa se fundamenta em contribuições teóricas que discutem a imagem corporal como um constructo multidimensional, influenciado por fatores socioculturais, psicológicos e nutricionais. Trata-se de um estudo transversal, de abordagem quantitativa, realizado com 252 estudantes de quatro cursos da área da saúde, utilizando o *Body Shape Questionnaire* (BSQ) e dados autorreferidos. Os resultados apontaram baixa prevalência de insatisfação corporal (14,3%), embora associações significativas tenham sido identificadas com variáveis idades, estado civil, sintomas depressivos e estado nutricional. Observou-se que mesmo indivíduos com peso adequado apresentaram níveis de insatisfação, evidenciando a discrepância entre percepção subjetiva e parâmetros objetivos. Além disso, parte dos estudantes com sobrepeso demonstrou satisfação com sua imagem corporal, indicando possíveis mudanças nos padrões de aceitação corporal. Conclui-se que a percepção da IC entre universitários da saúde é influenciada por múltiplos fatores, destacando-se a importância de estratégias institucionais que promovam saúde mental, autoestima e valorização da diversidade corporal.

Palavras-chave: insatisfação corporal; estudantes; saúde.

Abstract: *This study aimed to assess body image dissatisfaction (BI) and its associated factors among university students in the health field. The research is based on theoretical contributions that discuss body image as a multidimensional construct, influenced by sociocultural, psychological, and nutritional factors. This is a cross-sectional, quantitative study conducted with 252 students from four health programs, using the Body Shape Questionnaire (BSQ) and self-reported data. The results indicated a low prevalence of body dissatisfaction (14.3%), although significant associations were identified with the variables age, marital status, depressive symptoms, and nutritional status. It was observed that even individuals with normal weight presented levels of dissatisfaction, highlighting the discrepancy between subjective perception and objective parameters. Furthermore, some overweight students expressed satisfaction with their body image, indicating possible changes in body acceptance patterns. It is concluded that the perception of BI among university health students is influenced by multiple factors, highlighting the importance of institutional strategies that promote mental health, self-esteem and appreciation of body diversity.*

Keywords: *body dissatisfaction; students; health.*

Resumen: *Este estudio tuvo como objetivo evaluar la insatisfacción con la imagen corporal (IC) y sus factores asociados entre estudiantes universitarios en el campo de la salud. La investigación se basa en contribuciones teóricas que discuten la imagen corporal como un constructo multidimensional, influenciado por factores socioculturales, psicológicos y nutricionales. Este es un estudio transversal, cuantitativo realizado con 252 estudiantes de cuatro cursos dentro del área de la salud, utilizando el Body Shape Questionnaire (BSQ) y datos autorreportados. Los resultados indicaron una baja predominancia de insatisfacción corporal (14.3%), aunque se identificaron asociaciones significativas con las variables edad, estado civil, síntomas depresivos y estado nutricional. Se observó que incluso individuos con peso normal presentaron*

6 Graduanda do curso de Nutrição. Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - FASI. Av. Profa. Aida Mainartina Paraiso, 99 - Ibituruna, Montes Claros, Minas Gerais, CEP 39408-007. E-mail: marianasilveiraxms@gmail.com. ORCID: 0000-0002-9124-9199.

7 Mestranda em Cuidados Primários em Saúde. Universidade Estadual de Montes Claros. Av. Prof. Rui Braga, s/n - Vila Mauriceia, Montes Claros, Minas Gerais, CEP 39401-089. E-mail: carol_oliveira13@hotmail.com.ORCID 0000-0003-1804-619X.

8 Doutora em Ciências da Saúde. Professora na Unimontes, Centro Universitário FIPMoc, e Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - FASI. Av. Profa. Aida Mainartina Paraiso, 99 - Ibituruna, Montes Claros, Minas Gerais, CEP 39408-007, E-mail lucineiapinho@hotmail.com, ORCID: 0000-0002-2947-5806.

niveles de insatisfacción, destacando la discrepancia entre la percepción subjetiva y los parámetros objetivos. Además, algunos estudiantes con sobrepeso expresaron satisfacción con su imagen corporal, indicando posibles cambios en los patrones de aceptación corporal. Se concluye que la percepción de IC entre estudiantes universitarios del área de la salud está influenciada por múltiples factores, destacando la importancia de estrategias institucionales que promuevan la salud mental, la autoestima y la valoración de la diversidad corporal.

Palabras Clave: *insatisfacción corporal; estudiantes; salud.*

Introdução

O conceito de corpo abrange dimensões orgânicas, sociais, psicológicas, filosóficas e antropológicas, refletindo a complexidade do ser humano em sua totalidade. A imagem corporal (IC), por sua vez, refere-se à percepção subjetiva que o indivíduo possui de seu próprio corpo (Heiman & Olenik-Shemesh, 2019). A IC pode ser compreendida como um constructo formado por três dimensões inter-relacionadas. A primeira é a percepção corporal, que diz respeito à forma como o sujeito percebe seu corpo, de maneira total ou parcial. A segunda, denominada conceito corporal, envolve o conhecimento que o indivíduo tem sobre sua corporeidade, incluindo saberes de origem popular, mítica e científica. A outra dimensão contempla o afeto corporal, que está relacionado às emoções, sentimentos e atitudes que o indivíduo direciona ao próprio corpo (Jiménez-Limas *et al.*, 2022). Nas últimas décadas, tem-se observado um fortalecimento crescente de padrões estéticos idealizados, amplamente difundidos pela sociedade contemporânea, sobretudo por meio das redes sociais. Esses padrões, frequentemente representados por corpos extremamente magros ou excessivamente musculosos, são comumente associados a atributos como sucesso, aceitação social e status (Wang *et al.*, 2025; You & Shin, 2020). A constante exposição a essas representações tem consolidado ideais de beleza muitas vezes inatingíveis e potencialmente nocivos à saúde física e mental. Essa imposição sociocultural tem desempenhado um papel significativo no aumento da insatisfação com a imagem corporal (IC), especialmente entre indivíduos que não se enquadram nesses modelos corporais, contribuindo para o surgimento de baixa autoestima, oscilações de humor, distúrbios alimentares e dificuldades nas relações interpessoais (Hao *et al.*, 2022; Wu *et al.*, 2020; You & Shin, 2020). Estudos nacionais e internacionais apontam uma crescente prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre estudantes universitários, especialmente aqueles inseridos na área da saúde (Cardoso *et al.*, 2020; Jiménez-Limas *et al.*, 2022; Kessler & Poll, 2018; Oliveira *et al.*, 2020; Santos *et al.*, 2022). O ingresso no ensino superior representa uma fase de intensas mudanças, novas demandas acadêmicas, ampliação do convívio social e adoção de novos hábitos de vida, que tornam os universitários mais suscetíveis às pressões estéticas impostas socialmente (Kessler & Poll, 2018; Souza & Alvarenga, 2016). Outro aspecto relevante evidenciado na literatura é a percepção de que, para estudantes da área da saúde, a boa forma física e a aparência são frequentemente associadas ao desempenho profissional. Muitos consideram que manter um corpo dentro dos padrões esperados pode influenciar na credibilidade e eficácia na atuação com pacientes, o que aumenta ainda mais a pressão por uma imagem corporal ideal (Kessler & Poll, 2018). Diante desse cenário, torna-se fundamental investigar a insatisfação com a imagem corporal nesse público específico, considerando seus impactos potenciais sobre a autoestima, o comportamento e a qualidade de vida. Assim, o objetivo do presente estudo foi avaliar a insatisfação com a imagem corporal e os fatores a ela associados entre universitários da área da saúde.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, de delineamento transversal e abordagem quantitativa, realizado com 252 estudantes universitários matriculados em quatro cursos da área da saúde de uma instituição de ensino superior localizada na cidade de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. Os cursos contemplados foram: Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia e Psicologia. Para a definição da amostra, utilizou-se a técnica de amostragem não probabilística por conveniência, considerando a acessibilidade dos participantes ao momento da coleta de dados. Os critérios de inclusão foram: (a) concordar em participar da pesquisa de forma voluntária, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); (b) ter idade igual ou superior a 18 anos; e (c) estar

regularmente matriculado e com frequência ativa em um dos cursos da instituição. Foram excluídos: (a) os estudantes que não compareceram às aulas no dia da coleta de dados; e (b) aqueles que apresentaram alguma limitação física ou cognitiva que os impedisse de responder ao questionário autoadministrado. Após a aprovação institucional e o consentimento dos coordenadores dos cursos, a coleta de dados foi realizada durante o horário das aulas regulares, em dias previamente agendados com as turmas. Os dados foram obtidos por meio de dois instrumentos autoaplicáveis: um questionário elaborado pelos autores contendo informações sociodemográficas, hábitos de vida e dados antropométricos, e o *Body Shape Questionnaire* (BSQ). O BSQ é um instrumento desenvolvido por Cooper *et al.* (1987), validado para a população universitária brasileira por Di Pietro e Silveira (2008). Ele avalia a insatisfação com a imagem corporal, mensurando a frequência de preocupações e sentimentos negativos relacionados ao peso, forma e aparência física. É composto por 34 itens, com respostas em escala do tipo *Likert* de seis pontos. A pontuação total permite classificar os níveis de insatisfação corporal da seguinte forma: até 110 pontos (ausência de insatisfação); entre 111 e 138 pontos (leve insatisfação); entre 139 e 167 pontos (moderada insatisfação); e acima de 167 pontos (grave insatisfação). A avaliação do estado nutricional foi realizada por meio do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), utilizando os valores de peso e altura autorreferidos pelos participantes. O IMC foi obtido dividindo-se o peso (em quilogramas) pela altura ao quadrado (em metros) e classificado de acordo com as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000): abaixo do peso (IMC < 18,5 kg/m²), eutrofia (IMC entre 18,5 e 24,9 kg/m²), sobrepeso (IMC entre 25 e 29,9 kg/m²) e obesidade (IMC ≥ 30 kg/m²). A análise estatística foi realizada com o auxílio do *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS®), versão 21.0. Inicialmente, procedeu-se à análise descritiva dos dados, com cálculo de frequências absolutas e relativas das variáveis categóricas. Em seguida, foi conduzida uma análise bivariada, com o teste do qui-quadrado de Pearson, para investigar associações entre variáveis independentes e a insatisfação com a imagem corporal. Adotou-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$). O estudo respeitou os preceitos éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, que regula pesquisas envolvendo seres humanos. Todos os participantes foram informados sobre os objetivos e procedimentos do estudo, bem como sobre o caráter voluntário de sua participação, e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos do CEP/SOEBRAS, sob o parecer nº 2.428.669.

Resultados

Participaram do estudo 252 estudantes universitários da área da saúde, sendo 86 do curso de Psicologia, 72 de Enfermagem, 48 de Fisioterapia e 46 de Farmácia. A amostra foi predominantemente composta por participantes do sexo feminino (77,4%), com idade média de 23,34 ± 5,5 anos. A maioria dos estudantes não possuía companheiro fixo (84,1%) e não exercia atividade remunerada no momento da coleta (52,0%). Quanto à saúde mental, 38,1% relataram sintomas de ansiedade e 46,4% sintomas de depressão. Em relação ao estado nutricional, avaliado por meio do IMC, observou-se que 175 (69,4%) apresentavam-se com peso adequado ou abaixo do peso e 59 (23,4%) estavam com sobrepeso ou obesidade (Tabela 1).

Tabela 1 - Características sociodemográficas e de saúde dos universitários -Montes Claros (MG), 2019 (n = 252).

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	56	22,2
Feminino	195	77,4
Idade		
<20	72	28,6
20-25	117	46,4
>25	58	23,0
Estado Civil		
Com companheiro	38	15,1
Sem companheiro	212	84,1
Trabalha		
Sim	117	46,4
Não	131	52,0
Depressão		
Ausência	108	42,9
Presença	117	46,4
Ansiedade		
Ausência	144	57,1
Presença	96	38,1
Estado Nutricional		
Desnutrido/Eutrófico	175	69,4
Sobrepeso/Obesidade	59	23,4

N: frequência absoluta; %: frequência relativa.

De acordo com a classificação do *Body Shape Questionnaire*, verificou-se que 85,7% dos universitários estavam satisfeitos com sua imagem corporal, enquanto 14,3% apresentaram algum grau de insatisfação (Tabela 2).

Tabela 2 - Avaliação da insatisfação com a imagem corporal dos universitários, segundo a classificação do BSQ (n = 252).

Classificação BSQ	N	%
Satisfação	216	85,7
Insatisfação leve	27	10,7
Insatisfação moderada	8	3,2
Insatisfação grave	1	0,4
Total	**252**	**100,0**

N: frequência absoluta; %: frequência relativa.

A Tabela 3 apresenta a distribuição das respostas dos participantes às questões do BSQ. Destaca-se que 29,0% relataram já terem ficado preocupados com a forma física a ponto de desejar fazer dieta, 23,4% já sentiram vergonha do próprio corpo, e 20,2% afirmaram já ter evitado usar roupas que destacassem suas formas corporais. Apesar desses dados, a maioria das respostas foi positiva em relação à percepção da imagem corporal, indicando tendência à satisfação.

Tabela 3 - Frequência de respostas dos universitários para cada item do instrumento BSQ (n = 252).

Perguntas	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Muito Frequentemente	Sempre
Sentir-se entediado (a) faz você se preocupar com sua forma física?	50 (19,8%)	49 (19,4%)	75 (29,8%)	41 (16,3%)	29 (11,5%)	8 (3,2%)
Você tem estado tão preocupado (a) com sua forma física a ponto de sentir que deveria fazer dieta?	69 (27,4%)	49 (19,4%)	73 (29,0%)	25 (9,9%)	21 (8,3%)	15 (6,0%)
Você acha que suas coxas, quadril ou nádegas são grandes demais para o restante de seu corpo?	120 (47,6%)	46 (18,3%)	52 (20,6%)	21 (8,3%)	8 (3,2%)	5 (2,0%)
Você tem sentido medo de ficar gordo (a) ou mais gordo (a)?	75 (29,8%)	52 (20,6%)	59 (23,4%)	33 (13,1%)	13 (5,2%)	20 (7,9%)
Você se preocupa com o fato de seu corpo não ser suficientemente firme?	74 (29,4%)	50 (19,8%)	61 (24,2%)	37 (14,7%)	15 (6,0%)	15 (6,0%)
Sentir-se satisfeito (a) (por exemplo, após ingerir uma grande refeição) faz você sentir-se gordo (a)?	97 (38,5%)	44 (17,5%)	52 (20,6%)	34 (13,5%)	14 (5,6%)	11 (4,4%)
Você já se sentiu tão mal a respeito do seu corpo que chegou a chorar?	123 (48,8%)	45 (17,9%)	48 (19,0%)	19 (7,5%)	9 (3,6%)	8 (3,2%)
Você já evitou correr pelo fato de que seu corpo poderia balançar?	142 (56,3%)	45 (17,9%)	43 (17,1%)	13 (5,2%)	4 (1,6%)	5 (2,0%)
Estar com homens (mulheres) magros (as) faz você se sentir preocupado (a) em relação ao seu físico?	121 (48,0%)	45 (17,9%)	56 (22,2%)	20 (7,9%)	8 (3,2%)	2 (0,8%)
Você já se preocupou com o fato de suas coxas poderem espalhar-se quando se senta?	137 (54,4%)	37 (14,7%)	45 (17,9%)	18 (7,1%)	10 (4,0%)	5 (2,0%)
Você já se sentiu gordo (a), mesmo comendo uma quantidade menor de comida?	108 (42,9%)	44 (17,5%)	45 (17,9%)	29 (11,5%)	19 (7,5%)	7 (2,8%)
Você tem reparado no físico de outros homens (mulheres) e, ao se comparar, sente-se em desvantagem?	94 (37,3%)	52 (20,6%)	51 (20,2%)	21 (8,3%)	14 (5,6%)	20 (7,9%)
Pensar no seu físico interfere em sua capacidade de se concentrar em outras atividades (como por exemplo, enquanto assiste à televisão, lê ou participa de uma conversa)?	121 (48,0%)	63 (25,0%)	48 (19,0%)	10 (4,0%)	6 (2,4%)	4 (1,6%)
Estar nu (nua), por exemplo, durante o banho, faz você se sentir gordo (a)?	123 (48,8%)	56 (22,2%)	42 (16,7%)	12 (4,8%)	8 (3,2%)	11 (4,4%)
Você tem evitado usar roupas que o (a) fazem notar as formas do seu corpo?	111 (44,0%)	52 (20,6%)	51 (20,2%)	16 (6,3%)	14 (5,6%)	8 (3,2%)
Você se imagina cortando fora porções de seu corpo?	131 (52,0%)	46 (18,3%)	41 (16,3%)	10 (4,0%)	13 (5,2%)	11 (4,4%)
Comer doce, bolos ou outros alimentos ricos em calorias faz você se sentir gordo (a)?	121 (48,0%)	50 (19,8%)	40 (15,9%)	15 (6,0%)	12 (4,8%)	14 (5,6%)
Você deixou de participar de eventos sociais (como, por exemplo, festas) por sentir-se mal em relação ao seu físico?	152 (60,3%)	40 (15,9%)	37 (14,7%)	13 (5,2%)	7 (2,8%)	3 (1,2%)
Você se sente excessivamente grande e arredondado (a)?	150 (59,5%)	38 (15,1%)	44 (17,5%)	8 (3,2%)	5 (2,0%)	7 (2,8%)

(cont.)

(cont.)

Perguntas	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Muito Frequentemente	Sempre
Você já teve vergonha do seu corpo?	101 (40,1%)	56 (22,2%)	59 (23,4%)	8 (3,2%)	14 (5,6%)	14 (5,6%)
A preocupação diante do seu físico leva-lhe a fazer dieta?	121 (48,0%)	46 (18,3%)	47 (18,7%)	13 (5,2%)	16 (6,3%)	9 (3,6%)
Você se sente mais contente em relação ao seu físico quando de estômago vazio (por exemplo, pela manhã)?	120 (47,6%)	35 (13,9%)	53 (21,0%)	14 (5,6%)	13 (5,2%)	17 (6,7%)
Você acha que seu físico atual decorre de uma falta de autocontrole?	118 (46,8%)	43 (17,1%)	51 (20,2%)	17 (6,7%)	8 (3,2%)	15 (6,0%)
Você se preocupa que outras pessoas possam estar vendo dobras na sua cintura ou estômago?	125 (49,6%)	33 (13,1%)	49 (19,4%)	17 (6,7%)	11 (4,4%)	17 (6,7%)
Você acha injusto que os outros homens (mulheres) sejam mais magros (as) que você?	158 (62,7%)	28 (11,1%)	40 (15,9%)	10 (4,0%)	9 (3,6%)	7 (2,8%)
Você já vomitou para se sentir mais magro (a)?	179 (71,0%)	27 (10,7%)	27 (10,7%)	11 (4,4%)	5 (2,0%)	3 (1,2%)
Quando acompanhado (a), você fica preocupado (a) em estar ocupando muito espaço (por exemplo, sentado num sofá ou no banco de um ônibus)?	170 (67,5%)	31 (12,3%)	27 (10,7%)	10 (4,0%)	10 (4,0%)	4 (1,6%)
Você se preocupa com o fato de estarem surgindo dobrinhas em seu corpo?	117 (46,4%)	38 (15,1%)	55 (21,8%)	11 (4,4%)	15 (6,0%)	16 (6,3%)
Ver seu reflexo (por exemplo, num espelho ou na vitrine de uma loja) faz você sentir-se mal em relação ao seu físico?	125 (49,6%)	40 (15,9%)	46 (18,3%)	17 (6,7%)	14 (5,6%)	10 (4,0%)
Você belisca áreas de seu corpo para ver o quanto há de gordura?	120 (47,6%)	48 (19,0%)	44 (17,5%)	19 (7,5%)	10 (4,0%)	10 (4,0%)
Você evita situações nas quais as pessoas possam ver seu corpo (por exemplo, vestiários ou banhos de piscina)?	132 (52,4%)	41 (16,3%)	42 (16,7%)	18 (7,1%)	9 (3,6%)	10 (4,0%)
Você toma laxantes para se sentir magro (a)?	168 (66,7%)	31 (12,3%)	32 (12,7%)	9 (3,6%)	5 (2,0%)	7 (2,8%)
Você fica particularmente consciente do seu físico quando em companhia de outras pessoas?	119 (47,2%)	34 (13,5%)	42 (16,7%)	25 (9,9%)	14 (5,6%)	18 (7,1%)

A Tabela 4 apresenta os resultados da análise dos fatores associados à insatisfação com a imagem corporal. As variáveis que demonstraram associação estatisticamente significativa com a insatisfação ($p < 0,05$) foram: idade, estado civil, presença de sintomas de depressão e estado nutricional.

Tabela 4 - Relação entre a insatisfação da imagem corporal e as características sociodemográficas e de saúde dos estudantes - Montes Claros (MG), 2019 (n = 252).

Variáveis	Classificação BSQ				P-valor
	Satisfação		Insatisfação		
	n	%	n	%	
Sexo					0,655
Masculino	49	87,5	7	12,5	
Feminino	166	85,1	29	14,9	
Idade					**0,006**
<20 anos	65	90,3	7	9,7	
20-25 anos	104	88,9	13	11,1	
>25 anos	42	72,4	16	27,6	
Estado civil					**0,023**
Com companheiro	28	73,7	10	26,3	
Sem companheiro	186	87,7	26	12,3	
Você Trabalha					0,917
Sim	100	85,5	17	14,5	
Não	112	85,5	19	14,5	

(cont.)

(cont.)

Variáveis	Classificação BSQ				
	Satisfação		Insatisfação		P-valor
	n	%	n	%	
Frutas					0,221
≥2x/semana	58	90,6	6	9,4	
≤1x/semana	158	84,0	30	16,0	
Verduras					0,590
≥2x/semana	110	87,3	16	12,7	
≤1x/semana	106	84,1	20	15,9	
Ansiedade					0,364
Ausência	126	87,5	18	12,5	
Presença	80	83,3	16	16,7	
Depressão					**0,003**
Ausência	100	92,6	8	7,4	
Presença	92	78,6	25	21,4	
Estado Nutricional					**0,029**
Desnutrido/Eutrófico	154	88,0	21	12,0	
Sobrepeso/Obesidade	45	76,3	14	23,7	

Discussão

Este estudo teve como objetivo avaliar a insatisfação com a IC e os fatores a ela associados entre universitários da área da saúde. Com base nos dados obtidos por meio do BSQ, observou-se uma baixa prevalência de insatisfação com a IC, correspondente a 14,3% dos participantes. A literatura, no entanto, aponta percentuais variados de insatisfação corporal entre estudantes universitários. Um estudo conduzido por Cardoso *et al.* (2020), identificou uma prevalência de 9,1% de insatisfação com a IC entre universitários da área da saúde na cidade de Montes Claros, em Minas Gerais. Por outro lado, pesquisa realizada por Santos *et al.* (2022) com estudantes do curso de Medicina na cidade de Juiz de Fora, também em Minas Gerais, apontou que 26,3% dos entrevistados apresentavam algum nível de insatisfação com a própria imagem corporal. Outros estudos, tanto nacionais quanto internacionais, relataram prevalências ainda mais elevadas de insatisfação com a imagem corporal, com taxas variando entre 35,0% e 60,0%, a depender do contexto populacional e dos instrumentos utilizados para avaliação (Heiman & Olenik-Shemesh, 2019; Kessler & Poll, 2018; Radwan *et al.*, 2019; Regis *et al.*, 2018). Essas variações evidenciam a influência de fatores socioculturais, contextuais e metodológicos na percepção da imagem corporal entre universitários, ressaltando a importância de considerar as particularidades de cada grupo estudado. Embora a associação entre insatisfação com a IC e o fator sexo não tenha apresentado significância estatística neste estudo, observa-se que as mulheres demonstraram um percentual mais elevado de insatisfação em comparação aos homens. A literatura aponta que os motivos que levam à insatisfação corporal tendem a diferir entre os gêneros: enquanto os homens geralmente almejam um corpo mais musculoso e definido, as mulheres tendem a idealizar uma silhueta mais magra, frequentemente associada a padrões estéticos valorizados socialmente (You & Shin, 2020). Pesquisas indicam que, entre mulheres jovens, níveis mais elevados de insatisfação corporal estão correlacionados a uma maior discrepância entre a silhueta real e a silhueta idealizada, o que pode aumentar o risco de baixa autoestima, transtornos alimentares e outros prejuízos à saúde mental (Jiménez-Limas *et al.*, 2022; You & Shin, 2020). Entre as associações que se mostraram estatisticamente significativas neste estudo, observou-se que universitários com maior faixa etária apresentaram níveis mais elevados de insatisfação com a IC. Esse achado é compatível com os resultados do estudo realizado por Heiman e Olenik-Shemesh (2019), conduzido com estudantes universitários em Israel. De acordo com os autores, essa insatisfação pode refletir uma maior preocupação com a aparência e com a condição física que tende a surgir com o avanço da idade. A entrada na vida adulta envolve diversas transformações que podem impactar a forma como o indivíduo se relaciona com seu corpo. Entre elas, destacam-se as alterações fisiológicas decorrentes do processo natural de

envelhecimento, que nem sempre são bem aceitas, bem como mudanças no âmbito social, como a adaptação a novas rotinas no mercado de trabalho, mudanças no estilo de vida e na disponibilidade de tempo para o autocuidado. Tais fatores podem contribuir para a percepção negativa da imagem corporal nesse período (Albuquerque *et al.*, 2021). No que diz respeito à associação entre estado civil e insatisfação com a imagem corporal (IC), os dados revelaram uma maior prevalência de insatisfação entre universitários que não possuíam um companheiro. Esse resultado está em consonância com o estudo de Albuquerque *et al.* (2021), o qual apontou que indivíduos solteiros tendem a dedicar menos esforços à manutenção do peso e ao cuidado com a aparência, possivelmente por não sentirem a necessidade de agradar ou conquistar um parceiro. Esses achados sugerem que a vivência afetiva exerce um papel relevante na percepção e satisfação com a própria imagem corporal, influenciando a maneira como os indivíduos se relacionam com o próprio corpo. Outro fator que se mostrou significativamente associado à insatisfação com a IC foi a presença de sintomas depressivos. Esse achado é consistente com os resultados de uma pesquisa populacional realizada na Suíça, na qual a insatisfação com o peso corporal esteve fortemente relacionada à ocorrência de depressão em grande parte dos participantes (Richard *et al.*, 2016). De modo semelhante, um estudo conduzido com estudantes universitários no Egito, na Palestina e na Finlândia identificou que a insatisfação corporal contribuiu para o desenvolvimento de sintomas depressivos em ambos os sexos (Ansari & Berg-Beckhoff, 2019). A literatura científica sugere que essa associação entre insatisfação corporal e saúde mental está ligada, em grande medida, à imposição de padrões estéticos idealizados e inatingíveis, frequentemente promovidos pelos meios de comunicação e redes sociais. Essa valorização excessiva da aparência física pode gerar frustração, baixa autoestima e, consequentemente, favorecer o surgimento de quadros depressivos (Ansari & Berg-Beckhoff, 2019; Wang *et al.*, 2024). Sob a perspectiva fisiológica, essa relação também pode ser explicada por mecanismos neurobiológicos: alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e disfunções no sistema serotoninérgico têm sido associadas tanto à regulação do humor quanto ao controle do peso corporal, o que reforça o vínculo entre imagem corporal negativa e sintomas depressivos (Wang *et al.*, 2024). Em relação ao estado nutricional, observou-se que a maioria dos universitários apresentava índice de massa corporal (IMC) classificado como baixo peso ou adequado. Curiosamente, esses grupos foram os que demonstraram maior associação com a insatisfação com a imagem corporal (IC), o que reforça a ideia de que a percepção corporal nem sempre está alinhada às medidas antropométricas objetivas. Essa discrepância também foi evidenciada no estudo de Kessler e Poll (2018), que encontrou alta prevalência de jovens com IMC adequado, mas insatisfeitos com o próprio corpo e com desejo de emagrecimento. Um dado relevante do presente estudo aponta que, entre os estudantes que se autodeclararam acima do peso (23,4% da amostra), a maioria (76,3%) relatou estar satisfeito com sua imagem corporal. Esse achado contrasta com a tendência frequentemente descrita na literatura, que relaciona o sobrepeso e a obesidade a maiores níveis de insatisfação com a IC (Cardoso *et al.*, 2020; Jiménez-Limas *et al.*, 2022). Ademais, os estudos também sugerem que a relação entre estado nutricional e percepção corporal pode ser mediada por múltiplos fatores, como autoestima, aceitação corporal e mudanças no contexto sociocultural sobre o corpo ideal (Hao *et al.*, 2022; Jiménez-Limas *et al.*, 2022). Nesse sentido, a satisfação corporal entre estudantes com sobrepeso pode refletir uma maior aceitação de diferentes tipos de corpo, especialmente em contextos onde há movimentos de valorização da diversidade corporal e combate aos estigmas relacionados ao peso. Os resultados deste e de outros estudos evidenciam um expressivo descontentamento com a forma física entre universitários, frequentemente associado ao desejo de perda de peso, mesmo entre aqueles com peso corporal dentro da faixa considerada adequada. Essa realidade suscita importantes reflexões sobre os atuais conceitos de saúde e bem-estar, frequentemente distorcidos pela valorização excessiva da aparência física. Em especial, destaca-se a influência da chamada "cultura do corpo magro", amplamente disseminada pela mídia e pelas redes sociais, que promove um ideal estético muitas vezes inatingível e desconectado da diversidade corporal real. Esse padrão estético restrito tem contribuído para o aumento da insatisfação com a imagem corporal, reforçando comportamentos de autocrítica, práticas alimentares inadequadas e, em casos mais graves, o desenvolvimento de transtornos alimentares (Kessler & Poll, 2018). Entre as limitações deste estudo, destaca-se o tamanho da amostra, que, por abranger estudantes de apenas uma instituição

de ensino superior, não permite generalizações para outras populações ou regiões geográficas. Além disso, trata-se de um estudo transversal, o que significa que as associações entre variáveis foram analisadas em um único ponto no tempo, impossibilitando o estabelecimento de relações causais. Futuros estudos com amostras mais amplas, representativas e com delineamentos longitudinais poderão contribuir para uma compreensão mais robusta das dinâmicas entre imagem corporal, estado nutricional e fatores psicossociais entre universitários.

Conclusão

O presente estudo contribui para a compreensão dos fatores associados à insatisfação com a imagem corporal entre universitários da área da saúde, evidenciando a influência de aspectos sociodemográficos, psicológicos e nutricionais sobre essa percepção. A baixa prevalência de insatisfação identificada na amostra não descarta a relevância do problema, uma vez que a insatisfação esteve presente mesmo entre estudantes com IMC dentro da faixa considerada normal, revelando um descompasso entre a percepção subjetiva da imagem corporal e os parâmetros objetivos de peso e altura. As análises revelaram associações estatisticamente significativas entre a insatisfação com a IC e as variáveis idade, estado civil, presença de sintomas depressivos e estado nutricional. Tais achados reforçam a multifatorialidade do fenômeno e sua conexão com dimensões que vão além da aparência física, incluindo saúde mental, experiências afetivas e o contexto social em que os indivíduos estão inseridos. Diante do que foi discutido no presente estudo, considerando que os estudantes da área da saúde enfrentam pressões adicionais relacionadas à aparência, muitas vezes vinculadas à credibilidade profissional, torna-se essencial que as instituições de ensino superior desenvolvam estratégias de promoção da saúde e bem-estar que contemplem a valorização da imagem corporal de forma positiva e realista. Programas educativos, rodas de conversa, campanhas de conscientização e apoio psicológico podem ser ferramentas eficazes para fortalecer a autoestima e prevenir os impactos negativos associados à busca por padrões estéticos inatingíveis.

Referências

Albuquerque, L. S., Griep, R. H., Alquino, E. M. L., Cardoso, L. O., Chor, D., & Fonseca, M. J. M. (2021). Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em adultos: Análise seccional do ELSA-Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva,** 26(5), 1941–1954. https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.07152019.

Ansari, W. E., & Berg-Beckhoff, G. (2019). Association of health status and health behaviors with weight satisfaction vs. body image concern: Analysis of 5888 undergraduates in Egypt, Palestine, and Finland. **Nutrients**, 11(12), 117. https://doi.org/10.3390/nu11122996

Cardoso, L., Niz, L. G., Aguiar, H. T. V., Lessa, A. C., Rocha, M. E. S., Rocha, J. S. B., & Freitas, R. F. (2020). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria,** 69(3), 156–164. https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2019AO4642

Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. **International Journal of Eating Disorders**, 6(4), 485–494. https://doi.org/10.1002/1098-108X(198709)

Di Pietro, M. C., & Silveira, D. X. (2008). Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Brazilian Journal of Psychiatry**, 31(1), 21–24. https://doi.org/10.1590/S1516-44462008005000017

Hao, M., Fang, Y., Yan, W., Gu, J., Hao, Y., & Wu, C. (2022). Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. **BMC Public Health**, 22(1), 2054. https://doi.org/10.1186/s12889-022-14515-9

Heiman, T., & Olenik-Shemesh, D. (2019). Perceived body appearance and eating habits: The voice of young and adult students attending higher education. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 16(3), 451. https://doi.org/10.3390/ijerph16030451

Jiménez-Limas, K., Miranda-Barrera, V. A., Muñoz-Díaz, K. F., Novales-Huidobro, S. R., & Chico-Barba, G. (2022). Body dissatisfaction, distorted body image and disordered eating behaviors in university students: An analysis from 2017–2022. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 19(18), 11482. https://doi.org/10.3390/ijerph191811482

Kessler, A. L., & Poll, A. F. (2018). Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 67(2), 118–122. https://doi.org/10.1590/0047-2085000000194

Oliveira, A. P. G., Fonseca, I. R., Almada, M. O. R. V., Acosta, R. J. L., Silva, M. M., Pereira, K. B., & Salomão, J. O. (2020). Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Revista de Enfermagem da UFPE Online**, 14, e245234. https://doi.org/10.5205/1981-8963.2020.245234

Radwan, H., Hasan, H. A., Ismat, H., Hakim, H., Khalid, H., Al-Fityani, L., ... Ayman, A. (2019). Body mass index perception, body image dissatisfaction and their relations with weight-related behaviors among university students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 16(9), 1541. https://doi.org/10.3390/ijerph16091541

Regis, J. M. O., Ramos-Cerqueira, A. T. A., Lima, M. C. P., & Torres, A. R. (2018). Social anxiety symptoms and body image dissatisfaction in medical students: Prevalence and correlates. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 67(2), 65–73. https://doi.org/10.1590/0047-2085000000187

Richard, A., Rohrmann, S., Lohse, T., & Eichholzer, M. (2016). Is body weight dissatisfaction a predictor of depression independent of body mass index, sex and age? Results of a cross-sectional study. **BMC Public Health**, 16, 863. https://doi.org/10.1186/s12889-016-3497-8

Santos, B. C. D., Almeida, D. D. C., Guilarducci, N. V., & Machado, R. R. P. (2022). Body dissatisfaction among undergraduate medical students in the city of Juiz de Fora, Minas Gerais, Brazil. **Einstein (São Paulo)**, 20, eAO6648. https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2022AO6648

Sousa, T. F., Santos, S. F. S., Rodrigues, A. S., Papini, C. B., Silva, D. A. S., & Tribess, S. (2019). Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em universitários: Análise de inquéritos repetidos. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, 21, e53036. https://doi.org/10.5007/1980-0037.2019v21e53036

Souza, A. C., & Alvarenga, M. S. (2016). Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 65(3), 286–299. https://doi.org/10.1590/0047-2085000000134

Wang, Y., Hua, G., Liu, W., Wan, C., Hao, M., & Zhang, M. (2025). Exercise addiction in college students: The impact of body dissatisfaction, stress, physical activity and gender. **Frontiers in Psychiatry**, 16, 1546192. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1546192

Wang, Y., Chen, Y., Lu, C., Kwan, A. T. H., McIntyre, R. S., Yang, F., & Cao, B. (2024). The psychological factors mediating/moderating the association between body-image disturbance and depression: A systematic review. **Psych Journal**, 13(4), 527–540. https://doi.org/10.1002/pchj.754

Wu, Y. K., Zimmer, C., Munn-Chernoff, M. A., & Baker, J. H. (2020). Association between food addiction and body dissatisfaction among college students: The mediating role of eating expectancies. **Eating Behaviors**, 39, 101441. https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2020.101441

World Health Organization. (2000). Obesity: Preventing and managing the global epidemic (WHO Technical Report Series 894). **World Health Organization**. https://apps.who.int/iris/handle/10665/42330

You, S., & Shin, K. (2020). Sociocultural influences, drive for thinness, drive for muscularity, and body dissatisfaction among Korean undergraduates. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17(14), 5260. https://doi.org/10.3390/ijerph17145260