

Psicologia em Pesquisa

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa>

Correlatos entre Imagem Corporal e Saúde Mental de Estudantes Universitários

Correlates between Body Image and Mental Health in College Students

Correlaciones entre la Imagen Corporal y la Salud Mental de los Estudiantes Universitarios

Marsuelanea Limeira da Silva¹, Marina Pereira Gonçalves², Andre Luiz Petrolini³ & Sofia Marques de Moura Fé⁴

¹ Universidade Federal do Vale do São Francisco. *E-mail:* marsuelanea@gmail.com *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-6880-1029>

² Universidade Federal do Vale do São Francisco. *E-mail:* marina.goncalves@univasf.edu.br *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-6344-7059>

³ Universidade Federal do Vale do São Francisco. *E-mail:* petrolini1980@gmail.com *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-6513-3221>

⁴ Universidade Federal do Vale do São Francisco. *E-mail:* sofiamarquesmourafe@gmail.com *ORCID:* <https://orcid.org/0000-0002-8830-3641>



RESUMO

Verificou-se a relação entre imagem corporal, ansiedade e depressão em universitários, utilizando Escala Situacional de Satisfação Corporal, Escala para Ansiedade e Depressão e questionário sociodemográfico. A análise de dados foi realizada pelo Pacote Estatístico para as Ciências Sociais (versão 20.0). Os resultados indicaram correlação negativa para os fatores “partes externas” e “satisfação/músculo” em relação aos sintomas depressivos, a sintomatologia ansiosa foi mais bem explicada pelo fator “satisfação e músculo” e a depressão foi maior no preditor “partes externas”. Conclui-se que a insatisfação com a imagem corporal pode vir a contribuir para problemas com a saúde mental de estudantes universitários.

PALAVRAS-CHAVE:

Imagen corporal; Ansiedad; Depresión; Universitarios.

ABSTRACT

We verified the relationship between body image, anxiety, and depression in university students by using the Situational Body Satisfaction Scale, the Scale for Anxiety and Depression, and a sociodemographic questionnaire. Data analysis was performed through the Statistical Package for Social Sciences (version 20.0). The results indicated a negative correlation for the factors “external parts” and “satisfaction/muscle” in relation to depressive symptoms, whereas anxious symptomatology was better explained by the factor “satisfaction and muscle”, and depression charted higher in the predictor “external parts”. It is concluded that dissatisfaction with body image may contribute to mental health problems in university students.

KEYWORDS:

Body image; Anxiety; Depression; College students.

RESUMEN

Se verificó la relación entre la imagen corporal, la ansiedad y la depresión en universitarios, utilizando la Escala de Satisfacción Corporal Situacional, Escala de Ansiedad y Depresión, y un cuestionario sociodemográfico. El análisis de los datos se realizó mediante el Paquete Estadístico para Ciencias Sociales (versión 20.0). Los resultados indicaron una correlación negativa para los factores “partes externas” y “satisfacción/músculo” en relación a los síntomas depresivos, la sintomatología ansiosa fue mejor explicada por el factor “satisfacción y músculo” y la depresión fue mayor en el predictor “partes externas”. Se concluye que la insatisfacción con la imagen corporal puede contribuir a problemas de salud mental en estudiantes universitarios.

PALABRAS CLAVE:

Imagen corporal; Ansiedad; Depresión; Estudiantes universitarios.

A sociedade contemporânea cultua um corpo saudável e produtivo, devendo esse ser conquistado através do equilíbrio entre o biológico, o físico e o psicológico (Amor, 2017). Para Veríssimo (2008), o corpo passou a ser considerado um elemento fundamental da apresentação do indivíduo à sociedade, devido à preocupação que os indivíduos possuem em relação à impressão que os outros têm de si.

De acordo com Cash et al. (1991, como citado em Laus, 2012), a imagem corporal é formada por duas dimensões principais, a perceptual e atitudinal. Na dimensão perceptual, o indivíduo tem um julgamento preciso sobre seu tamanho, formato e peso em relação às suas reais proporções. Quanto à dimensão atitudinal, essa é formada por quatro componentes: cognitivo (pensamentos e crenças sobre o corpo e a aparência física, além do investimento na própria aparência), afetivo (emoções relacionadas à aparência física), comportamental (evitação de situações que possam induzir preocupações com a imagem corporal) e insatisfação global (o qual deriva da discrepancia entre a aparência autopercebida e o corpo considerado ideal pelo indivíduo). Essas dimensões podem vir a sofrer influências de diversos fatores, entre os mais importantes estão a influência dos pais, dos amigos e da mídia (Thompson et al., 1999).

Nas últimas décadas, têm-se percebido uma busca obsessiva pelo “corpo perfeito”, fato que pode estar relacionado com a exibição midiática constante de belos corpos por meio dos *instablogs*, o que acabam por motivar um padrão irrealista de beleza, acarretando um aumento no número de indivíduos insatisfeitos com a sua imagem corporal. Neste sentido, pesquisas indicam que o ideal de beleza existente está relacionado com a insatisfação em relação à imagem corporal do indivíduo e com suas possíveis consequências: fraca autoestima, ansiedade social, distúrbios alimentares e depressão (Hawes et al., 2020; Regis, et al., 2018). Nessa direção, pesquisas vêm demonstrando uma relação entre distúrbios da imagem corporal e comportamentos de risco à saúde, como sintomas depressivos (Rentz-Fernandes et al., 2017).

Ademais, alguns autores (Cavestro & Rocha, 2006; Cerchiari et al., 2005) apontam que estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua vida acadêmica, estando entre os transtornos mais citados a ansiedade generalizada e a depressão. Segundo o DSM - 5, o transtorno depressivo maior é caracterizado pela perda de interesse ou prazer em realizar a maioria das atividades cotidianas. Enquanto o transtorno de ansiedade

generalizada caracteriza-se por ansiedade e preocupação excessivas (expectativa apreensiva) acerca de diversos eventos ou atividades (American Psychiatric Association [APA], 2014).

Pesquisadores de diferentes países têm buscado compreender a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em estudantes universitários (Farrer et al., 2016; Gao et al., 2020; Taneja et al., 2018). Enquanto outros pesquisadores ao redor do mundo buscam relacionar ansiedade e depressão com a insatisfação corporal (Hawes et al., 2020; Medina-Gómez et al., 2019; Şanlier et al., 2016).

No Brasil, Regis et al. (2018) verificaram prevalência de ansiedade social, depressão e insatisfação com a imagem corporal em estudantes de medicina, segundo estes autores a prevalência de sintomas de ansiedade social e insatisfação com a imagem corporal foram de 36,3% e 34,7%, respectivamente. Sintomas depressivos ocorreram em 8,8% da amostra. Também verificaram que 78 estudantes (16,3%) apresentaram sintomas de ansiedade social e insatisfação com sua imagem corporal associados ao sexo feminino, dificuldade de fazer amigos, insatisfação com o curso, sintomas depressivos e índice de massa corporal (IMC).

Nesta mesma direção, Legey et al. (2016) realizaram estudo com estudantes de educação física, com o objetivo de identificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal relacionada com indicadores de saúde mental (ansiedade, estados de humor e qualidade de vida) e indicadores antropométricos (IMC, circunferência abdominal e percentual de gordura). Os resultados indicaram que 67,1% dos estudantes apresentaram insatisfação com a imagem corporal, ocorreram diferenças significativas nos estados de humor (raiva, depressão, hostilidade, fadiga e confusão mental) com maior média entre os estudantes insatisfeitos com sua imagem corporal, quando comparados com os satisfeitos com sua imagem. Finalmente, verificaram ainda maiores níveis de qualidade de vida entre os satisfeitos com sua imagem corporal.

Estudos anteriores no Brasil mostraram relação entre imagem corporal, ansiedade e depressão em pacientes obesos (Almeida et al., 2012) e mulheres obesas (Mota et al., 2014), ambos submetidos à cirurgia bariátrica. Porém, pesquisas que relacionem estas três variáveis em estudantes universitários com diferentes índices de massa corporal ainda são escassas, sobretudo, com estudantes de diferentes cursos e no nordeste do país. Diante do exposto, a presente pesquisa objetivou verificar correlatos e predições entre ansiedade, depressão e imagem corporal em universitários do interior do Nordeste brasileiro, bem como verificar índices de imagem corporal, ansiedade e depressão em decorrência de algumas variáveis sociodemográficas (sexo, idade, prática de exercício físico e IMC).

Método

Delineamento

Tratou-se de um estudo correlacional, contanto com medidas de natureza *ex-post-facto*, com objetivo de verificar correlatos e predições entre imagem corporal, ansiedade e depressão de estudantes universitários.

Participantes

Participaram da pesquisa 229 estudantes universitários, sendo 173 do sexo feminino (75,5%) e 56 do sexo masculino (24,5%), de instituições de ensino superior das cidades de Petrolina - PE e Juazeiro - BA, sendo uma amostra por conveniência. A idade variou entre 18 e 51 anos ($M = 23$ anos; $DP = 5,06$). No que diz respeito às áreas de conhecimento, a área de saúde predominou com 147 participantes, seguida pela de humanas (44) e de exatas (38). Quanto ao semestre letivo, obteve-se respondentes do primeiro ao décimo período ($M = 4,75$; $DP = 2,87$). Já o IMC, apresentou o mínimo de 15,31 e máximo de 42,52 ($M = 23,08$; $DP = 4,42$), enquadrando-se na faixa “peso normal”, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000).

Instrumentos

Escala Situacional de Satisfação Corporal (ESSC). Desenvolvida e validada no contexto brasileiro por Hirata e Pilati (2010), avalia o estado de satisfação corporal momentânea em participantes de ambos os sexos, com itens sobre o corpo inteiro e partes do corpo. Composta por 23 itens distribuídos em quatro fatores: (a) insatisfação e gordura (sete itens sobre avaliação negativa do corpo e quantidade de gordura); (b) partes externas (quatro itens relacionados a partes específicas do corpo, como pelos, cabelo, rosto); (c) satisfação e músculo (oito itens relacionados à avaliação positiva do corpo e quantidade de músculos); (d) partes inferiores (quatro itens sobre partes específicas do corpo, como glúteos, pernas e quadris). Todos os fatores apresentam consistência interna adequadas, com alfas de *cronbach* variando de 0,65 a 0,82. Composta por uma escala do tipo *Likert* (1 = discordo totalmente até 5 = concordo totalmente).

Escala para Ansiedade e Depressão (HAD). Traduzida e adaptada para o contexto brasileiro por Botega et al. (1995), a escala possibilita auxílio na identificação de sintomas presentes de ansiedade e depressão. Compõem a HAD, 14 itens do tipo múltipla escolha, os quais se dividem em uma subescala para depressão (HAD-D) e outra para ansiedade (HAD-A), ambas com índices de consistência interna satisfatórios ($\alpha = 0,77$ e $\alpha = 0,68$, respectivamente). O escore global das subescalas varia de zero a 21 pontos. Para interpretação, os autores apresentam a seguinte classificação quanto à prevalência de ansiedade ou depressão: 0 – 7 pontos: improvável; 8 – 11 pontos: possível – (questionável ou duvidosa); e 12 – 21 pontos: provável. Ressalta-se que é solicitada ao participante a indicação da alternativa de resposta que melhor descreva seus sentimentos na última semana.

Questionário sociodemográfico. Foi desenvolvido para este projeto e buscou identificar a amostra em relação ao sexo, idade, curso, questões sobre percepção corporal (peso, altura, se fez ou deseja fazer algum procedimento estético) e a prática de exercício físico.

Cálculo do índice de massa corporal. Foi dividido o peso (kg) pela altura (m^2) autodeclarada. A classificação seguiu os valores e a nomenclatura adotados pela OMS (2000): abaixo do peso ($IMC < 18,5$), peso normal (IMC entre $18,5$ a < 25), sobrepeso (IMC entre 25 e < 30), obesidade (IMC acima de 30).

Procedimentos

A coleta de dados ocorreu após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (Parecer n.º 3.358.271) e foi realizada por meio de formulário eletrônico, disponibilizado na plataforma do *Google docs*, o qual foi divulgado por meio de mídias digitais (*Instagram* e *Whatsapp*). Antes de iniciar o questionário, o participante consentia sua participação informando que concordava com o termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Análise de Dados

Os dados obtidos foram tabulados e analisados por meio do Pacote Estatístico para as Ciências Sociais (*SPSS* versão 20.0). Estatísticas descritivas (frequência, porcentagem, média, desvio padrão) foram realizadas a fim de caracterizar a amostra. Análises de Correlação r de *Pearson* e Regressão linear múltipla (método *stepwise*) foram realizadas para verificar correlatos e predições entre as medidas estudadas. Ainda foram realizadas análises de variância (Manova e Anova) para comparar as variáveis em estudo com dados sociodemográficos.

Resultados

A imagem corporal apresentou maior pontuação média no fator “partes externas” ($M = 3,25$; $DP = 0,88$) e menor em “partes inferiores” ($M = 2,89$; $DP = 0,66$). Já em relação à saúde mental, foi observada uma maior prevalência de sintomas de ansiedade ($M = 10,79$; $DP = 4,95$). Quanto aos sintomas depressivos, houve uma prevalência também dentro da faixa de classificação “possível”, porém com média dos escores um pouco mais baixa ($M = 8,32$; $DP = 4,95$).

Em seguida, a fim de responder o objetivo principal do estudo, foi realizada uma correlação bivariada (*r* de Pearson) entre os fatores da ESSC e da HAD. Tais resultados são apresentados na Tabela 1.

Tabela 1

Correlações entre as Medidas Escala Situacional de Satisfação Corporal (ESSC) com a Escala para Ansiedade e Depressão (HAD)

	Insatisfação/ Gordura	Partes externas	Satisfação/ músculo	Partes inferiores
Ansiedade	0,33**	-0,37**	-0,39**	0,02
Depressão	0,42**	-0,50**	0,50**	-0,04

Nota. ** A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades)

Como pode ser observado, houve correlação negativa e significativa com maior valor entre depressão e “satisfação e músculo”, ocorrendo o mesmo entre depressão e “partes externas”. Nesta mesma direção, também foram verificadas correlações negativas e significativas, porém de menor valor, principalmente entre ansiedade e “satisfação e músculo” e entre ansiedade e “partes externas”.

Tabela 2

Regressão Linear Tomando Satisfação/Músculo e Partes Externas como Variáveis Preditores da Sintomatologia Ansiosa e Depressiva

	Preditores	R	R ²	F	B	β	t
Ansiedad	Satisfação/ Músculo	0,445	0,191	27,888	-0,236	-0,285	-4,274*
	Partes Externas				-0,191	-0,238	-3,568*
Depressão	Satisfação/ Músculo	0,589	0,341	59,972	-0,241	-0,343	-5,703*
	Partes Externas				-0,238	-0,349	-5,813*

Nota. * p< 0,05

Diante dos resultados verificados na correlação, decidiu-se realizar análises de regressão linear múltipla com a finalidade de conhecer o poder preditivo da imagem corporal na ansiedade e na depressão. Assim, as variáveis foram selecionadas para entrar na análise de regressão com base na significância dos coeficientes de correlações verificados na Tabela 1. Considerou-se os fatores “partes externas”; “satisfação e músculo” e “insatisfação e gordura”, como preditores e os sintomas de ansiedade e de depressão como variáveis dependentes. Os resultados desta análise de regressão (método *stepwise*) podem ser vistos na Tabela 2.

Como pode ser verificado, apenas as variáveis independentes “partes externas” e “satisfação e músculo” entraram no modelo de regressão, explicando, conjuntamente, 34% da depressão e 19% da ansiedade. Especificamente, foi observado que “partes externas” apresentou, de forma inversa, maior poder preditivo para a depressão e ansiedade, sendo observados resultados semelhantes quanto ao fator “satisfação e músculo” para a depressão e para a ansiedade.

Tabela 3*Análise de Variância Multivariada (MANOVA)*

	Variável dependente	F	Valor de p
Partes inferiores		6,26	0,01*
Ansiedade	Gênero		0,03*
		5,02	
Partes inferiores	PEA	4,23	0,04*
Ansiedade		5,26	0,02*
Insatisfação/gordura	IMC	5,52	0,00*

Nota. * $p < 0,05$; PEA = Praticantes de Exercício Físico; IMC = Índice de Massa Corporal.

Na Tabela 3, procurou-se verificar ainda diferenças entre sexo, prática de atividade física e classificação do IMC dos participantes dessa pesquisa quanto às variáveis estudadas. Para tanto, realizou-se uma MANOVA, considerando como variáveis dependentes o IMC, a prática de exercício físico e o sexo. Quanto aos fatores das escalas da ESSC e da HAD foram classificados como critérios.

De modo geral, houve efeito multivariado entre as variáveis investigadas: *Lambda de Wilks* (λ) = [(195,6) = 0,030; F = 104,144; $p < 0,001$]. Para uma melhor compreensão do resultado comparativo das médias do IMC dos participantes em relação ao fator “insatisfação/gordura”, foi realizado o teste *post hoc de Bonferroni*.

Observou-se que os grupos com IMC classificados em sobrepeso ($M = 1,08$; $DP = 0,22$, $p < 0,001$) e obesidade ($M = 1,30$; $DP = 0,27$, $p < 0,001$) apresentaram média maior que o grupo abaixo do peso ($M = 0,52$; $DP = 0,19$, $p < 0,05$). Quando comparados ao peso normal ($M = 0,56$; $DP = 0,16$, $p < 0,03$), o grupo obesidade ($M = 0,79$; $DP = 0,22$, $p < 0,03$) apresentou maior média em relação a variável dependente “insatisfação/gordura”.

Discussão

Inicialmente, a fim de melhor conhecer a amostra do estudo, buscou-se verificar índices de ansiedade e depressão entre os universitários. A este respeito foi observada prevalência, dentro da faixa de classificação “possível” da HAD, tanto para ansiedade quanto para depressão, porém com um escore geral maior para ansiedade. O que indica que boa parte da amostra pode estar acometida por tais sintomatologias, reafirmando que a ansiedade tem prevalência comum na sociedade em geral, bem como entre os estudantes universitários (Farrer et al., 2016; Gao et al., 2020; Taneja et al., 2018).

Tais resultados indicam um contexto de vulnerabilidade ao sofrimento psíquico pelo qual esses jovens passam e corroboram com os achados de Brandtner e Bardagi (2009), os quais verificaram que 8,5% dos estudantes universitários apontaram para uma possível depressão moderada a grave e alguma patologia ansiosa (16,5%). Assim como o estudo de Padovani et al. (2014), os quais verificaram que 13,5% dos estudantes apresentavam sintomas significativos de ansiedade, enquanto 7,26% destes expressavam sintomas moderados a grave de depressão.

Em relação à satisfação com a imagem corporal dos estudantes, foi verificado que a maioria manifestou insatisfação moderada com sua imagem corporal, corroborando com Nilson et al. (2013), os quais verificaram que 18,5% dos estudantes universitários participantes apresentaram algum tipo de distorção de imagem corporal entre leve e moderada e que 55,4% dos estudantes mostraram-se insatisfeitos com a forma do seu corpo. Por sua vez, Miranda et al. (2012) observou que 10,1% dos universitários foram classificados como insatisfeitos com sua imagem corporal, e que 76,6% manifestaram o desejo de possuir uma silhueta diferente.

No que se refere aos resultados em relação ao objetivo principal da presente pesquisa, de forma geral, foram observadas relações significativas entre a imagem corporal e as sintomatologias ansiosa e depressiva, com resultados mais substanciais entre insatisfação com a imagem corporal e depressão. Estes resultados corroboram com os achados de Legey et al. (2016), os quais observaram diferenças significativas nos estados de humor (raiva, depressão, hostilidade, fadiga e confusão mental) com maior média entre os estudantes insatisfeitos com sua imagem corporal, quando comparados com os satisfeitos. Bem como com os resultados de Chrispino e Deslandes (2011), que verificaram níveis de ansiedade correlacionados significativamente com o nível de percepção e satisfação corporal. Ademais, tais achados também vão ao encontro do que foi verificado por Regis et al. (2018), os quais verificaram que 16,3% dos estudantes apresentaram sintomas de ansiedade social e insatisfação com sua imagem corporal associados com sexo feminino, dificuldade de fazer amigos, insatisfação com o curso, sintomas depressivos e índice de massa corporal.

Ressalta-se que foi verificado ainda na presente pesquisa, os estudantes que apresentaram maior insatisfação com seus músculos/gordura e com partes externas do seu corpo (ex.: cabelo e pele) foram os que apresentaram maiores níveis de depressão e ansiedade. Estes resultados chamam atenção para dois aspectos principais do padrão de beleza vigente: (a) um padrão relacionado com uma maior “muscularidade”, ou seja, um corpo com mais massa muscular e menor quantidade de gordura (Carvalho et al., 2016); (b) um padrão de beleza marcado por uma maior quantidade de características caucasianas, tais como pele e olhos claros, além de cabelos lisos (Amor, 2017).

A insatisfação corporal relacionada à “muscularidade” ou quantidade de massa muscular verificada neste estudo corrobora com pesquisas anteriores (Carvalho et al., 2016; Olivardia et al., 2004) e com o padrão de beleza atual, influenciado por *instabloguers* e influenciadores digitais, o qual dita um corpo “sarado”, com músculos bastante definidos e

menor quantidade de gordura localizada, preconizando a “necessidade” da chamada hipertrofia muscular (aumento dos músculos do corpo e redução da gordura localizada). A influência midiática/digital impulsiona ao desejo, da grande maioria, de atingir esse padrão de beleza e, consequentemente, leva os indivíduos ao sofrimento psíquico. Pois, para conquistar esse padrão de beleza, faz-se necessária muita restrição alimentar, exercícios físicos vigorosos e regulares e até consumo de medicamentos ou substâncias ilícitas, como os anabolizantes ou remédios para emagrecer (Miranda et al., 2017; Silva et al., 2013).

Quanto à insatisfação dos universitários em relação à sua pele ou cabelo, os dados aqui encontrados corroboram com os achados de Cardoso et al. (2020) e com os dados apresentados pela Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos, o qual indicou que o Brasil foi, em 2019, o terceiro maior consumidor de produtos de beleza e o quarto para produtos de cabelo, ocorrendo também um crescente número de salões de beleza por todo o país nos últimos anos (Leite, 2020). Ademais, estes achados podem ainda suscitar a discussão sobre a influência da imposição da “branquitude” na saúde mental dos estudantes.

Os brasileiros são miscigenados, possuindo raízes africanas e indígenas, portanto, na maioria das vezes, não possuem o padrão caucasiano de beleza, o que pode levá-los a ter uma insatisfação com estes aspectos da sua imagem corporal. Assim, apesar da variável raça não ter sido investigada nesta pesquisa, os resultados aqui encontrados podem indicar que este tipo de insatisfação corporal relacionado a pele e cabelos, pode levar estudantes universitários a desenvolver ansiedade e depressão, sendo um público vulnerável ao adoecimento psíquico, devendo este dado ser melhor investigado em estudos futuros.

Finalmente, ao comparar o sexo, o IMC e os praticantes de exercício físico com a imagem corporal verificou-se que as mulheres, os praticantes de exercício físico e as pessoas com maior IMC apresentaram maior insatisfação corporal. Petry e Pereira Jr. (2019) observaram que a maioria dos praticantes de musculação possui insatisfação, sendo as mulheres

mais insatisfeitas do que os homens e quanto maior o IMC, maior a insatisfação. Coelho et al. (2012) também verificaram que quanto maior o IMC maior a insatisfação corporal. Para Martins et al. (2012), a insatisfação corporal nas mulheres pode estar relacionada à influência da mídia e de outros aspectos socioculturais sobre o padrão de beleza feminino, que ditam que o corpo bonito é o corpo magro e “sarado”, levando as mulheres a idealização de um padrão de beleza inacessível, consequentemente, ocasionando insatisfação e disfunções emocionais.

Ainda em relação ao sexo, este estudo observou que o grupo feminino se encontra mais insatisfeito com o fator “partes inferiores” (quadril, pernas, cintura) do que o grupo masculino. Uma maior insatisfação com o fator “partes inferiores” (quadril, pernas, cintura) também foi observada pelos praticantes de exercício físico quando comparados aos não praticantes. Costa et al. (2015) avaliaram as atitudes em relação ao exercício e sua relação com a insatisfação com a imagem corporal em frequentadores de academia e observaram uma alta frequência de insatisfação com a imagem corporal, principalmente entre as mulheres.

Observou-se ainda maiores sintomas de ansiedade no sexo feminino e menores em praticantes de exercício físico, corroborando com os estudos de Tomé e Valentini (2006), que observaram que tanto na adolescência quanto na idade adulta os níveis de ansiedade-estado são significativamente menores para praticantes de atividades físicas sistemáticas, quando comparados a adolescentes e adultos sedentários. No entanto, apesar do estudo apresentar que indivíduos praticantes de exercício físico têm melhores níveis de saúde mental quando comparados aos não praticantes dessa amostra, cabe ressaltar que variáveis como qualidade de vida do sujeito no âmbito do bem-estar gerado física e emocionalmente com a prática regular de atividade física não foram aprofundadas neste estudo, devendo este dado ser melhor investigado em estudos futuros.

Lantyer et al. (2016) em seus achados perceberam relação de prevalência dos sintomas de ansiedade no sexo feminino. Para Maki (2008), as mulheres são mais susceptíveis ao desenvolvimento e à manifestação de diferentes tipos de ansiedade, principalmente em decorrência das mudanças hormonais ao longo da vida, além de serem mais cobradas quanto à sua aparência física. Para Vesga-López et al. (2008), existem três razões complementares que podem contribuir para a existência de uma desigualdade em desfechos de saúde baseada no gênero: (a) fatores genéticos, (b) influências hormonais e (c) vulnerabilidade a estressores ambientais. Ainda se pode hipotetizar um quarto fator: o social, uma vez que mulheres recebem piores salários para os mesmos empregos que os homens, possuem maior carga de trabalho e têm menos oportunidades (Schönhofen et al., 2020). Além da objetificação dos seus corpos, os quais são impostos como fardo social pela necessidade de manter uma aparência socialmente estabelecida (Sen & Ostlin, 2008). Contudo, essas variáveis: carreira profissional, exigências pessoais, biológicas, hormonais, sexuais e sociais não foram foco deste estudo, podendo ser melhor investigadas em estudos futuros.

Conclusão

A amostra apresentou correlação negativa entre satisfação com a imagem corporal e sintomas de depressão e ansiedade entre estudantes universitários. O sexo feminino, os praticantes de exercícios físicos e as pessoas acima do peso normal apresentaram maior insatisfação corporal em relação aos demais da amostra. A sintomatologia ansiosa foi maior no sexo feminino e nos estudantes não praticantes de exercícios físicos.

O presente estudo apresentou algumas limitações que devem ser levadas em consideração: a predominância do sexo feminino na amostra, além desta ter sido uma amostra por conveniência, o que não permite a generalização dos resultados aqui observados. Sugere-se que em estudos futuros seja possível uma amostra mais abrangente e equilibrada entre os性os. E que possa ser investigada a influência do uso de mídias digitais e redes sociais, pois

estas exigem constantemente a exposição dos corpos, podendo levar as pessoas, sobretudo, jovens universitários a desenvolverem maiores problemas de imagem corporal e, consequentemente, de saúde mental.

Assim, espera-se que os dados deste estudo possam contribuir para o avanço do conhecimento sobre o tema e levantar a importância de pensar em possíveis estratégias de intervenção para estudantes universitários que estão cada vez mais susceptíveis ao sofrimento psíquico relacionado à sua imagem corporal.

Referências

- Almeida, S. S., Zanatta, D. P., & Rezende, F. F. (2012). Imagem corporal, ansiedade e depressão em pacientes obesos submetidos à cirurgia bariátrica. *Estudos de Psicologia*, 17(1), 153–160. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2012000100019>
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5* (5^a ed., M. I. C. Nascimento, Trad.). Artmed.
- Amor, M. S. (2017). *Imagem corporal e redes sociais: Confronto entre duas campanhas de comunicação digital*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Lisboa, Escola Superior De Comunicação Social, Portugal]. <http://hdl.handle.net/10400.21/8267>
- Botega, N. J., Bio, M. R., Zomignani, M. A., Garcia, C., Jr. & Pereira, W. A. B. (1995). Transtornos do humor em enfermaria de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. *Revista de Saúde Pública*, 29(5), 355–363. <https://doi.org/10.1590/S0034-89101995000500004>
- Brandtner, M., & Bardagi, M. (2009). Depression and anxiety symptomatology in students from a private university from Rio Grande do Sul. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 2(2), 81–91. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202009000200004&lng=pt&nrm=iso&tlang=pt
- 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). <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000274>
- Carvalho, P. H. B., Oliveira, F. C., Neves, C. M., Meireles, J. F. F., Lopes, V. G. V., & Ferreira, M. E. C. (2016). Busca pela "Muscularidade" e variáveis associadas em adultos jovens.

Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 22(2), 118–121. <https://doi.org/10.1590/1517-869220162202142544>.

Cavestro, J. M., & Rocha, F. L. (2006). Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *Journal of Brazilian Psychiatry*, 55(4), 264–267. <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852006000400001>

Cerchiari, E. A. N., Caetano, D., & Faccenda, O. (2005). Prevalência de transtornos mentais menores em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 10(3), 413–420. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2005000300010>

Chrispino, R. F., & Deslandes, A. C. (2011). Relação entre imagem corporal e ansiedade em adolescentes. *Anais do XVII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e IV Congresso Internacional de Ciências do Esporte*. Porto Alegre. <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2011/2011/paper/view/3330/1315>

Coelho, F. D., Amaral, A. C. S., Carvalho, P. H. B., & Ferreira, M. E. C. (2012). Comparação da satisfação corporal entre praticantes de diferentes tipos de atividade física. *Motricidade*, 8(2), 964–969. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273023568121>

Costa, A. C. P., Torre, M. C. M. D., & Alvarenga, M. S. (2015). Atitudes em relação ao exercício e insatisfação com a imagem corporal de frequentadores de academia. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 29(3), 453–464. <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092015000300453>

Farrer, L. M., Gulliver, A., Bennett, K., Fassnacht, D. B., & Griffiths, K. M. (2016). Demographic and psychosocial predictors of major depression and generalised anxiety disorder in Australian university students. *BMC Psychiatry*, 16(1), 241. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0961-z>

- Gao, W., Ping, S., & Liu, X. (2020). Gender differences in depression, anxiety, and stress among college students: A longitudinal study from China. *Journal of Affective Disorders*, 15(263), 292–300. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.121>
- Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2020). Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity, *Body Image*, 33, 66–76. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.010>
- Hirata, E., & Pilati, R. (2010). Desenvolvimento e validação preliminar da Escala Situacional de Satisfação Corporal – ESSC. *Psico-USF*, 15(1), 1–11. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-8271201000100002>
- Lantyer, A., Varanda, C., Souza, F., Padovani, R., & Viana, M. (2016). Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: Avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4–19. <http://dx.doi.org/10.31505/rbtcc.v18i2.880>
- Laus, M. F. (2012). *Influência do padrão de beleza veiculado pela mídia na satisfação corporal e escolha alimentar dos adultos* [Tese de Doutorado, Faculdade de Filosofia, Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Brasil]. <https://doi.org/10.11606/T.59.2013.tde-26032013-100917>
- Legey, S., Lamego, M. K., Lattari, E., Campos, C., Paes, F., Sancassiani, F., Mura, G., Carta, M. G., Rocha, N. B. F., Nardi, A. E., Oliveira, A. J., Maranhão, G. Neto., Murilo-Rodriguez, E., Arias-Carrión, O., Budde, H., & Machado, S. (2016). Relationship among body image, anthropometric parameters and mental health in physical education students. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health: CP & EMH*, 12, 177–187. <http://dx.doi.org/10.2174/1745017901612010177>

- Leite, D. G. (2020). Panorama do mercado de estética no Brasil e no mundo. *Vindi*.
<https://blog.vindi.com.br/mercado-de-estetica/>
- Maki, P. M. (2008). Menopause and anxiety: Immediate and long-term effects. *Menopause*, 15(6), 1–3. <http://dx.doi.org/10.1097/gme.0b013e318186d823>
- Martins, C. R., Gordia, A. P., Silva, D. A. S., Quadros, T. M. B., Ferrari, E. P., Teixeira, D. M., & Petroski, E. L. (2012). Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Estudos de Psicologia*, 17(2), 241–246.
<https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000200007>
- Medina-Gómez, M. B., Martínez-Martín, M. Á., Escolar-Llamazares, M. C., González-Alonso, Y., & Mercado-Val, E. (2019). Anxiety and body dissatisfaction in university students. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(1), 13–21.
<http://dx.doi.org/10.14718/ACP.2019.22.1.2>
- Miranda, R. F., Almeida, T. S., Oliveira, T. C., Souza, C. S., & Abrantes, M. V. (2017). A estetização da saúde: Dieta, atividade física e insatisfação corporal. *Atas - Investigação Qualitativa em Saúde*, 2, 502–512. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:171828645>
- Miranda, V. P. N., Filgueiras, J. F. Neves, C. M., Teixeira, P. C., & Ferreira, M. E. C. (2012). Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 61(1), 25–32. <http://dx.doi.org/10.1590/S0047-20852012000100006>
- Mota, D. C. L., Costa, T. M. B., & Almeida, S. S. (2014). Imagem corporal, ansiedade e depressão em mulheres submetidas à cirurgia bariátrica. *Psicologia: Teoria e Prática*, 16(3), 100–113. <http://dx.doi.org/10.15348/1980-6906>
- Nilson, G., Pardo, E. R., Rigo, L. C., & Hallal, P. C. (2013). Espelho, espelho meu: Um estudo sobre autoimagem corporal de estudantes universitários. *Revista Brasileira de*

Atividade Física & Saúde, 18(1), 112–120.

<https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/2402>

Olivardia, R., Pope, H. G., Jr., Borowiecki, J. J., & Cohane, G. H. (2004). Biceps and body image: The relationship between muscularity and self-esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5(2), 112–20.

<https://doi.org/10.1037/1524-9220.5.2.112>

Organização Mundial da Saúde. (2000). Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation. *World Health Organization Technical Report Series*, 894, i–253.

Padovani, R. C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F., Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológico do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1).

<http://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>

Petry, N. A., & Pereira, M., Jr. (2019). Avaliação da insatisfação com imagem corporal de praticantes de musculação em uma academia de São José-SC. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 13(78), 219–226.

<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1323>

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.

<http://dx.doi.org/10.1590/0047-2085000000187>

Rentz-Fernandes, A. R., Silveira-Viana, M., Liz, C. M., & Andrade, A. (2017). Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de Salud Pública*, 19, 66–72. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v19n1.47697>

- Şanlier, N., Türközü, D., & Toka, O. (2016). Body image, food addiction, depression, and body mass index in university students, ecology of food and nutrition. *Artmed*, 55(6), 491–507. <http://dx.doi.org/10.1080/03670244.2016.1219951>
- Schönhofen, F. L., Neiva-Silva, L., Almeida, R. B., Vieira, M. E. C. D., & Demenech, L. M. (2020). Generalized anxiety disorder among university-entrance preparation course students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69(3), 179–186. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>
- Sen, G., & Ostlin, P. (2008). Gender inequity in health: Why it exists and how we can change it. *Global Public Health*, 3(1), 1–12.
- Silva, L. F. O., Silva, F. V. M., & Oyama, S. M. R. (2013). Prevalência do uso de medicamentos para emagrecer entre universitárias. *Revista Recien*, 3(7), 19–26. <https://doi.org/10.24276/rrecien2177-157X.2013.3.7.19-26>
- Taneja, N., Sachdeva, S., & Dwivedi, N. (2018). Assessment of depression, anxiety, and stress among medical students enrolled in a medical college of New Delhi, India. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 34, 157–62. http://dx.doi.org/10.4103/ijsp.ijsp_114_17
- Thompson, J. K., Coovert, M. D., & Stormer, S. M. (1999). Body image, social comparison, and eating disturbance: a covariance structure modeling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 26(1), 43–51. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199907\)26:1<43::AID-EAT6>3.0.CO;2-R](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199907)26:1<43::AID-EAT6>3.0.CO;2-R)
- Tomé, T. H., & Valentini, N. C. (2006). Benefícios da atividade física sistemática em parâmetros psicológicos do praticante: Um estudo sobre ansiedade e agressividade. *Revista da Educação Física/Uem*, 17(2), 123–130. <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3350/2407>
- Veríssimo, J. (2008). *O corpo na publicidade*. Instituto Politécnico de Lisboa.

Vesga-López, O., Schneier, F. R., Wang, S., Heimberg, R. G., Liu, S.M., Hasin, D. S., & Blanco, C. (2008). Gender differences in generalized anxiety disorder: Results from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions (NESARC). *The Journal of Clinical Psychiatry*, 69(10), 1606–1616.
<https://www.psychiatrist.com/jcp/gender-differences-generalized-anxiety-disorder-results/>