

**CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO CAMILO**  
**Mestrado Profissional em Nutrição**

**Mariana Gori**

**CONHECIMENTOS, CRENÇAS, ATITUDES E COMPORTAMENTOS  
RELACIONADOS AO CONTROLE DE PESO DE PROFESSORAS DE  
ESCOLAS PRIVADAS DE SÃO PAULO – SP**

**São Paulo**  
**2017**

**Mariana Gori**

**CONHECIMENTOS, CRENÇAS, ATITUDES E COMPORTAMENTOS  
RELACIONADOS AO CONTROLE DE PESO DE PROFESSORAS DE  
ESCOLAS PRIVADAS DE SÃO PAULO – SP**

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado Profissional em Nutrição – do Nascimento à Adolescência do Centro Universitário São Camilo, orientada pela Profa. Dra. Renata Furlan Viebig, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Nutrição.

**São Paulo  
2017**

**Para a minha querida família, amigos e alunos.  
Que vocês nunca sejam vítimas de seus próprios corpos.**

## **AGRADECIMENTOS**

À minha orientadora, Renata Furlan Viebig, pessoa imprescindível na execução desse trabalho: minha gratidão pelos ensinamentos, conhecimentos e por toda paciência e apoio durante todo o processo do Mestrado.

À minha querida família, Vania, Helio e Daniel, por me permitirem seguir meu próprio caminho e por me incentivarem e ensinarem a importância do estudo.

Aos colégios Liceu Coração de Jesus, Externato Santa Teresinha, Madre Mazzarello e Padre Moyer por abrirem as portas viabilizando a coleta de dados.

A todas as professoras que se dispuseram a participar da pesquisa.

À professora Jennifer O'Dea que prontamente enviou e autorizou a tradução do seu questionário.

À minha querida chefe e amiga, Miriam Dias, por toda confiança e incentivo, sempre.

À amiga Anabel Fernandez, por toda assistência, apoio e correções para o inglês.

Ao meu querido Vinicius, por todo apoio, carinho e ajuda nos momentos mais difíceis.

*“É necessário um melhor conhecimento do que é de fato  
necessário para mudar o mundo”  
(Dan Barber)*

**GORI, M. Conhecimentos, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professoras de escolas privadas de São Paulo – SP. 2017. 94 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Nutrição) – Centro Universitário São Camilo, São Paulo, 2017.**

**INTRODUÇÃO:** Na atualidade, é crescente o sentimento de desconforto em relação ao corpo e imagem corporal. As influências socioculturais podem induzir indivíduos de todas as idades, especialmente mulheres, ao desejo por um corpo magro e, conseqüentemente, à insatisfação corporal. A diferença entre o corpo atual e aquele considerado “ideal” pode promover a baixa autoestima, levando ao início de comportamentos de risco para Transtornos Alimentares (TAs). **OBJETIVO:** Avaliar a satisfação com a imagem corporal de professoras da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I de escolas particulares do município de São Paulo e sua possível associação com mensagens enviadas por elas a seus alunos a respeito de saúde, peso corporal e alimentação. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal realizado com professoras da Educação Infantil e Ensino Fundamental I de 4 escolas localizadas na cidade de São Paulo. As professoras foram submetidas a avaliação antropométrica (peso, estatura, Índice de Massa Corporal-IMC e percentual de gordura corporal) além da aplicação de questionários. Para classificação socioeconômica as docentes responderam ao Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB). Para avaliação da imagem corporal foi utilizada a Escala de Silhuetas traduzida e validada por Kakeshita et al. (2009). Para verificar a influência da mídia foi utilizado o questionário Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência (SATAQ-3) validado por Amaral (2011). Por fim, foi aplicado um questionário sobre conhecimento, crenças e atitudes em relação ao controle de peso proposto por O’Dea e Abraham (2001). O presente estudo atendeu aos preceitos éticos e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo. **RESULTADOS:** Participaram 55 professoras com idade média de 37,49 anos. A maioria das participantes (76,3%) foram classificadas nas classes sociais A e B. O IMC médio encontrado foi 26,6Kg/m<sup>2</sup> e a média de percentual de gordura corporal foi de 41,9%. Dentre as docentes, 89,1% apresentou insatisfação com a imagem corporal sendo que as professoras mais velhas e com filhos estavam mais insatisfeitas do que as demais. As professoras mais influenciadas pela mídia eram mais velhas, de maior classe socioeconômica e com maior percentual de gordura corporal. Foi observado que quanto maior o tempo de profissão menor o escore no SATAQ (p=0,030). Além disso, 40% das docentes revelou fazer algum tipo de dieta para emagrecer. Foram notados comportamentos de riscos para TAs como uso de medicamentos e dietas restritivas. As professoras recomendariam tomar água antes das refeições, escolher alimentos de baixo valor calórico e não comer alimentos como chocolates e frituras para os seus alunos com excesso de peso. As professoras que estavam mais insatisfeitas com a imagem corporal recomendavam menos que as crianças consumissem suplementos de vitaminas e minerais do que as professoras satisfeitas (p=0,040). **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os resultados demonstraram alta prevalência de insatisfação corporal pelas professoras, com impactos da influência recebida pela mídia. As professoras devem ter atenção ao falar sobre os aspectos relacionados ao corpo, alimentação e dieta a seus alunos para não transmitir nenhum tipo de insatisfação com o corpo, evitando desencadear nestes possíveis TAs.

**PALAVRAS-CHAVE:** Docentes. Imagem Corporal. Transtornos Alimentares. Mídia sociais.

**GORI, M. Acknowledgment, beliefs, attitudes and behaviour related to teachers weight control at private schools in Sao Paulo-SP 2017.** 94 f. Dissertation (Professional Masters in Nutrition) – Centro Universitário São Camilo, São Paulo, 2017.

**INTRODUCTION:** Presently, the discomfort in regards to body image is rapidly increasing. Sociocultural influences can influence individuals of all ages, especially women, to desire a slimmer body and as a result feel unsatisfied with their body. The difference between the actual body image and a body, which is considered “ideal”, can provoke low self-esteem, thus leading to the beginning of several eating disorders.

**OBJECTIVE:** To evaluate how satisfied teachers in infants and primary private schools (in Sao Paulo) are with their own body image, analyse the possible messages given about health, weight and eating habits.

**METHOD:** It is a transversal study about infant and primary teachers in 1-4 schools in the city of Sao Paulo. The teachers were submitted to an anthropometric evaluation (weight, height, Body Mass Index – BMI and Fat percentage), questionnaires were also given. For the socioeconomic classification, the teachers completed the economic criteria classification in Brazil (CCEB). To evaluate the corporal image the Figure Rating Scales by Kakeshita et al. (2009) was translated and validated. The sociocultural attitude questionnaire was applied to check how media can influence the individual’s appearance (SATAQ-3) by Amaral (2011). To conclude, a questionnaire was given about beliefs, attitudes and behaviour related to weight control by O’Dea e Abraham (2001). The present study followed ethical values and was approved by the ethic, research committee at the Centro Universitário São Camilo.

**RESULTS:** 55 teachers with average age 37, 49 participated of this study. Almost of them (76, 3%) were classified in the social classes A and B. The average BMI was 26,6Kg/m<sup>2</sup> and the average percentage of body fat was 41,9%. Within the teachers, 89, 1% showed dissatisfaction with their body image and those who were older and had children were more unsatisfied than the others. Teachers who were more influenced by the media were older, had a higher socioeconomically status and a higher percentage of body fat. It was discovered that the longer the professional period the lower the SATAQ (p=0,030) score. As well as this, 40% of teachers revealed that they had done some type of diet to lose weight. Behaviour risks for eating disorders were acknowledged like the use of medication and restrictive diets. Teachers recommend that overweight students drink water before meals, choose foods with a low level of calories and avoided chocolate and fried food. Teacher’s who were more unsatisfied with their body image recommended less that students take supplements, vitamins and minerals when compared to satisfied teachers (p=0,040).

**FINAL POINTS:** The results showed a high level of dissatisfaction with their bodies with a big influence on social media. Teachers should pay more attention when discussing issues related to image, food and diet with their students so that they do not reveal any dissatisfaction with their body to avoid unleashing in possible eating disorders.

**KEY WORDS:** Teachers. Body image. Eating disorders. Social Media.

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição, em números absolutos e percentuais, das variáveis de caracterização socioeconômica das docentes.....	32
Tabela 2 – Distribuição em números absolutos e percentuais das variáveis antropométricas das docentes participantes.....	33
Tabela 3 – Comparação da imagem corporal com as variáveis de caracterização da profissão (frequência e porcentagem) das docentes participantes.....	34
Tabela 4 – Comparação das variáveis dependentes (média e desvio padrão) com a classificação da imagem corporal das docentes participantes.....	35
Tabela 5 – Comparação das variáveis antropométricas (frequência e porcentagem) com a classificação da imagem corporal das docentes participantes.....	35
Tabela 6 – Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das outras variáveis das docentes participantes.....	36
Tabela 7 – Comparação das variáveis de caracterização da profissão (frequência e porcentagem) com a classificação do SATAQ em tercil das participantes.....	36
Tabela 8 – Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das variáveis antropométricas com a classificação do SATAQ em tercil das participantes.....	38
Tabela 9 – Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das outras variáveis com a classificação do SATAQ em tercil das docentes participantes.....	38
Tabela 10 – Análise de correlação entre pontuação do SATAQ e variáveis das docentes participantes.....	39
Tabela 11 – Comparação do SATAQ conforme o estado nutricional das docentes participantes.....	39
Tabela 12 – Análise de regressão linear univariada para verificar a associação das variáveis independentes sobre SATAQ.....	40

Tabela 13 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes.....	41
Tabela 14 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes.....	42
Tabela 15 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes.....	45

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	12
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
	2.1. Formação da imagem corporal e noção de corpo.....	14
	2.2. Satisfação e preocupação com a imagem corporal na infância	15
	2.3. Influências socioculturais para a insatisfação com a imagem corporal.....	18
	2.4. Importância dos professores na satisfação da imagem corporal das crianças.....	20
3	OBJETIVOS.....	24
	3.1. Objetivo geral.....	24
	3.2. Objetivos específicos.....	24
4	METODOLOGIA.....	25
	4.1. Tipo de estudo e descrição da amostra.....	25
	4.2. Procedimentos.....	25
	4.3. Análise dos dados.....	27
	4.4. Aspectos éticos.....	29
5	RESULTADOS.....	31
	5.1. Características gerais da população estudada.....	31
	5.2. Estado nutricional.....	32
	5.3. Satisfação com a imagem corporal.....	33
	5.4. SATAQ.....	36
	5.5. Questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professores	40
6	DISCUSSÃO.....	48
	6.1. Estado nutricional.....	49

6.2.	Satisfação com a imagem corporal.....	50
6.3.	SATAQ.....	53
6.4	Questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professores	56
6.5.	Limitações do estudo.....	63
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	65
	REFERÊNCIAS.....	66
	ANEXOS.....	79

## 1 INTRODUÇÃO

Na atualidade, o crescente sentimento de desconforto em relação ao corpo e à própria imagem corporal, acompanhados de uma eterna sensação de inadequação, são fenômenos comuns e que levariam ao adoecimento em massa do sujeito contemporâneo, gerando, neste, uma relação persecutória e de permanente insatisfação (NOVAES; IANNELLI, 2015).

O ideal de corpo passou por mudança substancial em meados do século XX, caracterizando-se pela propagação da atratividade representada como magreza para as mulheres e corpos musculosos para os homens. Assim, embora os padrões de beleza mudem com o tempo, os atuais são onipresentes e estendem-se a toda a comunidade, além de serem inatingíveis para a maioria dos indivíduos (NEIGHBORS; SOBAL, 2007).

As influências socioculturais podem induzir ao desejo de um corpo magro e à insatisfação corporal, uma vez que não se consegue alcançar o ideal cultural. Ironicamente, enquanto o corpo ideal continua a ser promovido pela mídia e pelo discurso cultural, a prevalência de sobrepeso e obesidade aumenta e coloca o indivíduo mais distante do ideal sociocultural (OGDEN, 2006).

Segundo Novaes e Iannelli (2015), a alta exposição midiática em consonância com a potência comercial atribuída ao corpo exhibe uma cadeia de “supostos modelos de beleza” para o público consumidor e, assim como um fenômeno de massa, a *corpolatria* assume um elevado status social na atualidade.

Gondoli et al. (2011) e Rodgers et al. (2011) salientam que a mídia é o principal agente influenciador negativo na imagem corporal de jovens e crianças. Alguns autores ressaltam que a exposição de corpos de modelos e atrizes costuma causar impacto imediato na idealização morfológica sociocultural em sujeitos do sexo feminino (AMARAL et al., 2011).

Neste sentido, meninas/mulheres podem enaltecer a aparência física direcionada para a magreza, sendo que, para muitas destas, esta estética corporal é inatingível. Estudos neste sentido apontam que este fenômeno parece acometer com maior facilidade as adolescentes e mulheres mais jovens, que passam a buscar a

morfologia imposta pelos meios de comunicação de massa, tais como: televisão, revistas e cinema (FLAMENT et al., 2012).

Por sua vez, o sobrepeso passou a ser alvo de discriminação em vários meios e é estigmatizado como preguiça e falta de disciplina e motivação e a pressão para perder peso e atingir o suposto corpo ideal leva à piora da imagem corporal, aumento do comer desordenado e a tentativas malsucedidas de controle de peso (NEIGHBORS; SOBAL, 2007).

Neste panorama, o presente estudo buscou avaliar a satisfação da imagem corporal de professoras da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I e as influências da mídia recebidas por elas, buscando avaliar a associação entre estas características e mensagens enviadas pelas professoras a seus alunos a respeito de saúde, peso corporal e alimentação.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Formação da imagem corporal e noção de corpo**

A noção de corpo é essencial para a consolidação da identidade do indivíduo e este corpo representa um fenômeno social e o principal veículo de criatividade, diferença, expressividade e movimento (CASTELO-BRANCO; PEREIRA, 2001).

Tal percepção do próprio corpo começa a ser desenvolvida com, aproximadamente, três anos de idade (PFEIFER; ANHÃO, 2009). Assim, a criança percebe seu próprio corpo por meio de todos os sentidos, pelo espaço que ocupa no ambiente em função do tempo, captando assim imagens, recebendo sons, sentindo cheiros e sabores, dor e calor, movimentando-se. O corpo é o seu centro, o seu referencial, para si mesma, para o espaço que ocupa e na relação com o outro (MATARUNA, 2004).

Dessa forma, conhecer seu esquema corporal é ter consciência do próprio corpo, das partes que o compõem, das suas possibilidades de movimentos, posturas e atitudes (NICOLA, 2004).

A “imagem corporal”, por sua vez, é o modo como o corpo se apresenta ao indivíduo, é a figuração do corpo humano formada mentalmente. Tal imagem começa a ser constituída na infância e vai se desenvolvendo até a adolescência, podendo sofrer alterações ao longo da vida (NICOLA, 2004).

Um dos primeiros autores a definir “imagem corporal” foi Schilder, em 1980, sugerindo que ela é o desenho que formamos do nosso próprio corpo que na nossa mente o forma como o vemos. Este autor considera a imagem do corpo humano como uma estrutura antropológica, simultaneamente fisiológica e psicológica, concebendo-a não só como um fator decisivo de toda a ação humana, mas também como uma parte constitutiva da própria pessoa humana.

Assim, além da noção de corpo, a criança constrói uma ideia de si, uma imagem do seu corpo e de como se vê no mundo, especialmente nas atividades lúdicas e brincadeiras. A formação da imagem corporal é uma função que se processa ao longo do desenvolvimento infantil, estendendo-se às demais fases da vida, sendo responsável pelo conhecimento que o indivíduo tem de si, uma vez que corresponde

ao modo pelo qual se define enquanto pessoa. Assim, as primeiras experiências na infância são essenciais no desenvolvimento da imagem corporal (TAVARES, 2003; FRÓIS; MOREIRA, 2010).

Desde a gestação, a criança vai recebendo nomes que irão contribuir para os sentidos e significações. Apesar de ser influenciada pelos nomes que recebe dos pais e cuidadores, ela passa a vivenciar e experimentar novas sensações após o seu nascimento, o que possibilita outras representações e significações para esse corpo. Experiências no mundo que lhe possibilitarão a incorporação de novas noções de si própria, da significação do seu esquema corporal e do seu corpo em movimento. A essas experiências soma-se o contato infantil com a escola, com os colegas e com a mídia. Deste modo, as imagens do corpo vão sendo construídas e reconstruídas ao longo da vida do indivíduo, a partir das vivências que outras referências lhe apresentam. Trata-se de um processo cíclico e gradativo ao longo da vida, no qual as mudanças físicas e psíquicas do corpo suscitam a necessidade de constante reorganização da imagem corporal (FRÓIS et al., 2011).

## **2.2 Satisfação e preocupação com a imagem corporal na infância**

A satisfação corporal, conceito muito ligado à imagem corporal, é definida como o grau de satisfação com o corpo, em geral, e com suas várias partes (BRUCHON-SCHWEITZER, 1990), sendo uma das variáveis moderadoras mais importantes que harmonizam as relações entre as realidades externas (corpo real, avaliado por instrumentos objetivos ou pelos outros) e as realidades internas (percepção de si) (VASCONCELOS, 1995).

Para Tucker (1985) a satisfação com a imagem corporal se dá a partir de três fatores, nomeadamente: aptidões motoras, aptidão física e saúde e aparência geral de aspectos relacionados com as várias partes do corpo.

Os padrões estéticos se modificam ao longo da história da humanidade e influenciam a satisfação com a imagem corporal. Na antiguidade, o modelo de beleza exaltado era caracterizado por um corpo feminino obeso, símbolo de abundância e fertilidade. Porém, nos últimos anos, a figura humana ideal passou a ser um corpo

magro, esguio e atlético, características associadas a competência, sucesso e autocontrole, além de ser considerado atraente sexualmente. Entretanto, esse padrão de beleza muitas vezes acaba sendo incompatível para a maioria das pessoas, cujos hábitos estão associados a um alto consumo de alimentos calóricos e à falta de atividade física, desconsiderando os aspectos de saúde e as diferentes constituições físicas da população, acarretando, numa imagem corporal negativa, indicada por altos níveis de insatisfação com o corpo (NUNES et al., 1994; JONES et al., 2004; FERREIRA et al., 2014).

Há décadas que já se conhece que, principalmente entre mulheres, ainda crianças ou adolescentes, preocupações com a imagem e o peso corporal são comuns (FLEITLICH, 1997). Atualmente, a preferência por corpos magros, a insatisfação constante com o corpo e consciência sobre dieta já têm sido observadas nas crianças jovens com idade entre quatro a oito anos de idade (HARRIGER et al., 2010).

Com isso, crianças da atualidade, ainda em idade escolar, com um peso saudável, especialmente meninas, mesmo antes dos nove anos de idade, estão excessivamente preocupadas com peso e imagem corporal, realizando dietas para perder peso e colocando-se em risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares (TAs) ou ganho de peso indesejado. Transtornos Alimentares e obesidade, por sua vez, compartilham um ciclo negativo de descontentamento com o corpo, resultando em dieta restritiva, a adoção de perda de peso rígida e oscilações de peso além da baixa autoestima (YAGER; O'DEA, 2009).

Nesse sentido, pesquisas recentes têm revelado prevalências elevadas de insatisfação com a imagem corporal em crianças e adolescentes do gênero feminino, sendo relatados valores de 67,6% de insatisfação em adolescentes entre 9-16 anos de escolas públicas de Santa Catarina (GRAUP et al., 2008) e 85% de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes entre 10-17 anos de escolas municipais do Rio Grande do Sul (CORSEUIL et al., 2009). Esse quadro tem sido identificado como o principal precursor de TAs. O número de casos desses transtornos na adolescência tem aumentado nos últimos anos, ocorrendo em idades cada vez mais precoces, tornando-se um sério problema de saúde pública (SCHERER et al., 2010).

No Brasil, um estudo realizado em Porto Alegre com crianças entre 8 e 11 anos revelou que 82% dos escolares gostariam de ter uma silhueta diferente da sua. Os autores apontaram como fatores associados a essa insatisfação: baixa autoestima, expectativa dos pais/amigos/professores de que a criança fosse mais magra (TRICHES; GIUGLIANI, 2007).

Já um outro estudo realizado no Nordeste do país, em Sergipe, com estudantes de escolas públicas, com idade de 12 anos, mostrou uma prevalência de insatisfação corporal de 23,9% entre alunos de ambos os gêneros. Todas as transformações que acontecem na infância e adolescência culminam na formulação de uma nova imagem corporal, causando um impacto significativo na autoestima do adolescente, deixando-o vulnerável (OLIVEIRA et al., 2013).

Uma outra pesquisa brasileira, realizada com crianças entre 6 e 10 anos, residentes na cidade de Uberlândia, em Minas Gerais, mostrou 88,6% de insatisfação corporal em crianças (meninos e meninas) estudantes de escolas públicas sendo que os menores (6 a 8 anos) apresentaram uma maior distorção da imagem corporal (FERREIRA et al., 2014).

Um estudo europeu realizado em Coimbra, Portugal, com 571 adolescentes do gênero feminino, com idades entre 7 e 12 anos, mostrou uma prevalência de insatisfação corporal de 66,5%, sendo que 56,2% das garotas desejavam ter uma silhueta mais fina (TEIXEIRA et al., 2016).

Uma outra pesquisa internacional, realizada em Perth, na Austrália, com 253 crianças de uma escola primária, estimou a prevalência de insatisfação corporal dos alunos, sendo que 41,6% dos meninos e 61,2% das meninas desejavam ser mais magros e 17% dos meninos e 12% das meninas almejavam ser mais fortes e musculosos (JONGENELIS et al., 2014).

Não foram encontrados, na literatura nacional, estudos realizados com crianças entre 4 e 5 anos, mas se discute que estes já podem apresentar insatisfação com a imagem corporal na atualidade. Pesquisadores internacionais vêm estudando essa população, como por exemplo, os grupos do estudo australiano, realizado com crianças entres 3 e 4 anos de idade, que mostrou que meninos e meninas desejavam apresentar uma figura corporal diferente, sendo que o IMC real não foi relacionado

com o tamanho corporal escolhido pelas crianças como representativo de sua silhueta à época do estudo (DAMIANO et al., 2015).

É preocupante que crianças apresentem distorção de sua própria imagem corporal. Silva e colaboradores (2009) definem a distorção da imagem corporal como forma de distúrbio afetivo, cognitivo e comportamental que é direta ou indiretamente influenciada pela aparência física.

### **2.3 Influências socioculturais para a insatisfação com a imagem corporal**

A influência da mídia seria o modo pelo qual os meios de comunicação afetam o comportamento de indivíduos e grupos, sendo que, atualmente, esta tem papel crucial na formação e reflexão da opinião pública, reproduzindo a autoimagem da sociedade. Acredita-se que a mídia pode influenciar valores, normas e padrões estéticos incorporados pela sociedade moderna. Assim, a mídia é um instrumento transmissor e reforçador dos ideais sociais corporais (DITAMAR, 2005).

Pesquisas documentaram a influência da mídia no desenvolvimento dos TAs, sendo a insatisfação corporal, a pressão para que principalmente as mulheres tenham um corpo magro e longilíneo, o medo ou pavor por engordar fatores consideráveis para o desenvolvimento destas doenças (PALMA et al., 2013).

Uma pesquisa realizada na Tanzânia, com 214 mulheres, com idade entre 13 e 30 anos, constatou que aquelas com maior número e severidade de sintomas relacionados a esses distúrbios eram as que mais tinham acesso à televisão, à internet e ao cinema (EDDY et al., 2007).

Em outro estudo, realizado na Inglaterra, 87 garotas adolescentes foram divididas em três grupos: o primeiro foi exposto a modelos magras em vídeos de música, o segundo ouvia somente as músicas dos vídeos, e ao terceiro foi dada uma lista de palavras neutras para serem memorizadas e evocadas. Foi constatado que no primeiro grupo houve um aumento significativo da insatisfação corporal, comparado às outras intervenções, demonstrando o impacto deste tipo de mídia na construção da imagem corporal de adolescentes (BELL et al., 2007).

Uma pesquisa feita com 300 meninas, com idade entre 6 e 9 anos, de 11 escolas primárias no sul da Austrália, revelou o desejo dessas crianças em usarem roupas mais atraentes, assistirem a programas de televisão e lerem revistas com apelo sensual, sendo que essas variáveis foram relacionadas com a insatisfação corporal das estudantes pesquisadas. Essas relações sugerem que a absorção de tais mensagens “sexualizadas” não seria benigna em termos de desenvolvimento corporal e mental dessas crianças (SLATER; TIGGEMANN, 2016).

Um estudo brasileiro teve como objetivo analisar informações em revistas nacionais voltadas para o público adolescente. Foram coletadas algumas frases de reportagens sobre beleza e as autoras puderam constatar que também no país a divulgação de um padrão estético é imposto às adolescentes e compromete sua saúde física e mental (SANTOS; SERRA, 2003).

A diferença entre o corpo atual e aquele considerado “ideal” pela mídia pode promover a baixa autoestima, sendo um dos fatores para a insatisfação corporal (SANTOS; MEZZARROBA, 2013). Essa insatisfação pode levar muitas vezes ao início de comportamentos de risco para TAs, como o uso de dietas restritivas e de métodos de controle de peso (uso de laxantes, diuréticos e anabolizantes, provocar vômitos, praticar atividade física em excesso) para emagrecer (ALVARENGA; DUNKER, 2004; HUNT; THIENHAUS; ELLWOOD, 2008).

Além da mídia, alguns autores consideram que são as mensagens negativas, principalmente as oriundas de familiares, professores, amigos, que tornam o “ser gordo” uma característica ruim e o “ser magro” algo muito bom e mais aceitável socialmente (DAMASCENO et al., 2005; SIQUEIRA; FARIA, 2007).

Muitos pais ou responsáveis encontram-se, hoje em dia, preocupados com a alimentação e descontentes com o próprio corpo, e não é raro que possuam conhecimentos errôneos sobre quais seriam os hábitos alimentares adequados. Estes poderiam transmitir a seus filhos essa preocupação, por meio de mensagens que muitas vezes são percebidas pelos adolescentes de maneira prejudicial na formação de hábitos alimentares apropriados e na construção da imagem que o indivíduo faz sobre si mesmo. Assim, uma grande cobrança, por parte dos pais, com relação à alimentação saudável dos filhos, aliada ao desconhecimento em nutrição e à insatisfação corporal que pode atingir os adolescentes, os quais, por sua vez,

frequentemente almejam atender às expectativas dos pais, pode resultar no desencadeamento de TAs (GROSS; NELSON, 2000).

Um estudo realizado na cidade de Sorocaba, no interior de São Paulo, em escolas particulares, com adolescentes, avaliou a influência das mensagens enviadas por pais sobre alimentação e peso na insatisfação corporal dos alunos. O estudo mostrou que os adolescentes que receberam mais mensagens negativas dos pais gostariam de ter uma imagem corporal diferente da apresentada à época da pesquisa. Na pesquisa também foi observado que os pais que estavam mais satisfeitos com os seus próprios corpos tinham filhos mais satisfeitos com sua imagem corporal (ABRÃO, 2015).

Apesar de as influências socioculturais apresentarem papel essencial na imagem corporal, os fatores individuais também podem atuar no desenvolvimento e manutenção dos distúrbios da imagem corporal (CÔRTEZ, 2012). Assim, os transtornos na imagem corporal apresentam-se mais complexos, relacionados às experiências psicológicas, as quais regulam a relação de cada sujeito com o seu corpo (GRECO, 2010).

#### **2.4 Importância dos professores na satisfação da imagem corporal das crianças**

A fase escolar é uma época decisiva na construção de condutas dos alunos e, dentre outras características, a escola passa a ter um papel decisivo na educação para a saúde. Neste aspecto, o professor é membro central para orientar e propagar bons hábitos de alimentação e nutrição, que serão transmitidos aos alunos durante o convívio escolar (GATTI; NOVELLO, 2015). Assim, é necessário que o docente vá além do denso conhecimento de sua área de formação básica, transformando-se em um profissional com visão agregadora da realidade. Com isso, deve adquirir conceitos associando sua área de formação a outras ciências (THIESEN, 2008).

A escola e os professores podem contribuir para a educação em saúde, de forma geral, e estimular comportamentos positivos para a saúde dos alunos em todo o mundo. Na Austrália e em muitos países ocidentais, a saúde e a educação podem proporcionar às crianças e adolescentes muitas informações, ensinar habilidades e

forma crenças e atitudes sobre muitos temas de saúde, incluindo nutrição, a puberdade, a prevenção de doenças, mudança no estilo de vida, habilidades de movimento e de saúde mental. Muitos profissionais do ensino podem se envolver na prevenção (com a necessidade de um treinamento) de TAs e obesidade infantil. Professores têm acesso a um grande número de jovens em um ambiente que estimula a discussão e permite lições sobre a imagem corporal, nutrição, e controle de peso podendo assumir um papel de liderança em atividades escolares para a prevenção destas enfermidades (O'DEA; ABRAHAM, 2001; SMOLAK et al., 2001).

Dessa forma, dentre os espaços mais viáveis para o desenvolvimento de ações de educação nutricional para prevenção dessas doenças, destaca-se a escola, que é um espaço estratégico de vivência e de formação de hábitos, onde os indivíduos passam parte importante de seu tempo (BOOG, 2010).

O conhecimento e a transmissão de assuntos relacionados à nutrição por parte de professores da Educação Infantil e do Ensino Fundamental pode influenciar os hábitos alimentares, sugerindo-se que a educação nutricional seja incorporada ao currículo escolar, envolvendo ativamente professores e comunidade escolar, de forma a trazer informações sobre nutrição, o corpo e aspectos relacionados aos alimentos desde que esses professores sejam devidamente treinados por profissionais da área (BERTIN et al., 2010).

Dessa maneira, na escola, os professores em geral estariam mais envolvidos com a saúde das crianças, incluindo aspectos relacionados à alimentação e ao estado nutricional de seus alunos. Dada a tendência natural para transmitir preocupações sobre peso às crianças ou ensinar práticas de controle de peso, os professores necessitam de ajuda para equilibrar suas mensagens sobre alimentação saudável e uma vida ativa a fim de evitar o disparo de informações excessivas, o que poderia despertar preocupação exagerada entre seus alunos (MCVEY; TWEED; FERRARI, 2005; YAGER; O'DEA, 2009).

Um estudo australiano sobre educação em saúde, realizado exclusivamente com professores e estagiários de escolas, constatou que 47% das mulheres e 15% dos homens realizavam dieta para perder peso. Além disso, entre as mulheres que foram classificadas como apresentando baixo peso segundo os pesquisadores (Índice de Massa Corporal  $<20\text{Kg/m}^2$  – valor adotado pelos pesquisadores), 42% relataram o

desejo de serem ainda mais magras. O estudo ainda mostrou que 19% das mulheres e 9% dos homens praticavam jejum prolongado e 29% das mulheres e 22% dos homens faziam exercícios físicos excessivamente (O'DEA; ABRAHAM, 2001).

Um outro estudo, realizado na Nova Zelândia, verificou a imagem corporal e o comportamento alimentar de 109 estudantes de educação física (futuros professores) e comparou com 119 estudantes de psicologia. O primeiro grupo revelou adotar mais práticas de dietas e apresentou maior prevalência de baixa autoestima (O'BRIEN; HUNTER, 2006).

Em uma pesquisa nacional, realizada em Santa Maria, RS, 53 professores foram avaliados em relação ao conhecimento sobre saúde, atividade física e nutrição. O resultado mostrou que a maioria dos professores apresentou um conhecimento mediano sobre esses assuntos. A maioria deles também demonstrou não saber qual seria a recomendação adequada de atividade física e nem o consumo de frutas, legumes e verduras por dia para uma vida saudável (SOUSA, 2010).

Os professores muitas vezes acabam internalizando estereótipos de beleza, transmitindo insatisfação corporal (através de mensagens negativas) e despertando preocupações desnecessárias com o peso e forma corporal nas crianças. Por outro lado, os professores que estão satisfeitos com o seu corpo podem transmitir conhecimentos, atitudes e comportamentos sobre peso e alimentação de maneira positiva a seus alunos visto que eles passam boa parte do seu dia na escola (YAGER; O'DEA, 2009; MCCABE et al., 2007).

Sendo assim, a escola tem um importante papel na promoção de hábitos alimentares saudáveis através da capacitação dos professores e educadores para falarem sobre alimentação e nutrição, além de fazer da cantina um espaço que reforce e estimule a prática de hábitos alimentares saudáveis (através da venda dos produtos), abordados pelo educador nas aulas (SCHIMITZ et al., 2008).

Ao mesmo tempo a escola também pode evitar o surgimento de baixa autoestima, insatisfação corporal e o desencadeamento de TAs nas crianças através da criação de programas de prevenção dentro da escola que trabalhem modelos de comportamentos saudáveis, levantando temas relevantes (imagem corporal, autoestima, atividade física, etc.) para discussão e reflexão dos alunos, além de

ensinar as crianças e adolescentes a avaliar criticamente a mídia, reduzindo a credibilidade e influência persuasiva de mensagens transmitidas por ela (DUNKER et al., 2015).

Um estudo norte-americano realizado em 17 escolas de Ensino Fundamental e Médio em Minnesota, com professores e funcionários, mostrou que mais de 65% dos entrevistados acreditavam que a escola tinha importante papel na prevenção de TAs e obesidade e 70% dos participantes relataram interesse em receber um treinamento sobre nutrição, TAs e obesidade para que as informações fossem transmitidas aos alunos de maneira correta. Além disso, os entrevistados reforçaram a importância da inclusão desses assuntos no currículo escolar (NEUMARK-SZTAINER et al., 1999).

Mesmo com a relevância atual deste assunto, não foi encontrado, em âmbito nacional, nenhum estudo que tenha analisado a satisfação da imagem corporal dos professores assim como conhecimentos, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso e de que forma isso pudesse interferir na imagem corporal e preocupação das crianças, o que traz uma lacuna que deve ser preenchida.

### **3 OBJETIVOS**

#### **3.1 Objetivo geral**

Avaliar a satisfação com a imagem corporal de professoras da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I de escolas particulares do município de São Paulo e sua possível associação com mensagens enviadas por elas a seus alunos a respeito de saúde, peso corporal e alimentação.

#### **3.2 Objetivos específicos**

- Realizar a avaliação do estado nutricional das professoras por meio da aferição de medidas de peso e estatura, para cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e de percentual de gordura corporal, estimado por bioimpedância perna a perna;
- Avaliar a percepção da imagem corporal das professoras a partir da aplicação de uma Escala de Silhuetas;
- Investigar a influência da mídia nos comportamentos alimentares das professoras;
- Analisar as atitudes socioculturais em relação à aparência das professoras, pela aplicação de questionários;
- Analisar o conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos das professoras em relação ao controle de peso.

## **4 METODOLOGIA**

### **4.1 Tipo de estudo e descrição da amostra**

Trata-se de um estudo transversal, com coleta de dados primários, no qual foram avaliados, por amostra de conveniência, professoras da Educação Infantil e Ensino Fundamental I, de 4 colégios particulares da Zona Norte do Município de São Paulo - SP, Brasil.

Como critérios de inclusão, definiu-se que as professoras participantes deveriam ter idade entre 19 e 65 anos e ter contato com o aluno pelo menos uma vez por semana, sendo incluídas as de educação básica e as que ministram aulas de inglês, educação física e dança.

Antes do início do estudo, foi enviada uma carta convite para todas as escolas expondo os objetivos e procedimentos relativos à pesquisa (ANEXO A). Após o consentimento da Instituição, foi marcada uma reunião pedagógica com os coordenadores e professoras para explicar como seria conduzida a pesquisa. As professoras que aceitaram participar voluntariamente do estudo, assinaram seu consentimento no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (ANEXO B).

### **4.2 Procedimentos**

Inicialmente, todas as professoras voluntárias responderem a um questionário elaborado pela pesquisadora sobre dados pessoais, como nome, idade, formação básica (graduação), nome da disciplina que leciona, há quanto tempo exerce a profissão e para quais e quantas turmas de alunos ministra aulas (ANEXO C).

Para avaliação da situação socioeconômica foi utilizado o Critério de Classificação Econômica Brasil (CCEB), última atualização de 2016, estabelecido pela Associação Brasileira de Empresas e Pesquisas (ABEP), que estima o poder de compra dos brasileiros, classificando a população em estratos econômicos: A1, B1, B2, C1, C2 e D-E. O CCEB está baseado na aquisição dos bens, somando a cada item uma pontuação cujo valor resultante deu a classificação socioeconômica da família segundo os pontos de corte (Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas, 2016) (Anexo D).

Em seguida, todas as professoras foram submetidas à avaliação do estado nutricional. Para aferição da massa corporal foi utilizada uma balança digital (WISO®) com capacidade para 180Kg e análise de bioimpedância perna a perna, para estimativa do percentual de gordura corporal. As professoras foram pesadas sem calçados, sem peças de vestuário ou objetos pesados.

Para aferição da estatura foi utilizada uma fita métrica inelástica e inextensível com capacidade de 200cm, a qual foi fixada verticalmente em uma parede, sem rodapé. As professoras ficaram em pé, em postura ereta, descalças, com os calcanhares juntos e encostados na parede, assim como os ombros e nádegas, mantendo os braços estendidos ao longo do corpo e com os olhos fixos para frente na linha do horizonte (*Plano de Frankfurt*) (NACIF; VIEBIG, 2011). Na sequência, foi colocado um esquadro sobre o vértex da voluntária, fixando-a contra a cabeça, para que seja feita a leitura da estatura.

A partir dos valores encontrados (peso e estatura), foi realizado o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) ( $\text{kg/m}^2$ ) mediante a fórmula:  $\text{IMC} = P/E^2$ , cujos resultados foram classificados conforme as recomendações da Organização Mundial da Saúde para adultos (WHO, 1995).

Os valores obtidos de percentual de gordura corporal, por meio da bioimpedância, foram avaliados segundo os pontos de corte propostos por Lohman et al. (1992).

Em seguida, foi aplicada a Escala de Silhuetas traduzida e validada por Kakeshita et al. (2009), respeitando-se a privacidade para a escolha das silhuetas por parte das professoras (ANEXO E). A escala de figuras de silhuetas consiste num conjunto de quinze silhuetas de cada gênero, apresentadas em cartões individuais, com variações progressivas na escala de medida, da figura mais magra à mais larga. Cada professora escolheu um cartão, dentre os dispostos em série ordenada ascendente, que representou melhor a silhueta de seu próprio corpo no momento e, em seguida, apontou qual a silhueta desejava ou almejava ter.

Posteriormente, foi entregue às docentes o questionário sobre atitudes socioculturais em relação à aparência. O Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência (*Sociocultural Attitudes Towards Appearance Scale - SATAQ-3*)

foi desenvolvido por Thompson et al. (2004b) traduzido para o português e validado por Amaral et al. (2011) e avalia a influência dos aspectos socioculturais na insatisfação corporal. O SATAQ-3 é um questionário autoaplicativo com 30 perguntas. Cada questão apresenta cinco possibilidades de respostas: 1) Discordo totalmente; 2) Discordo em grande parte; 3) Nem concordo nem discordo; 4) Concordo em grande parte; 5) Concordo totalmente.

Por último, foi entregue às docentes um questionário, desenvolvido e utilizado por O'Dea e Abraham, em estudo australiano realizado em 2001, com professores e estagiários que ministravam aulas em três universidades renomadas na Austrália. O questionário foi validado pelas autoras, na língua inglesa. Antes que o instrumento fosse traduzido para utilização na presente pesquisa, foi realizado contato com a autora principal, via correio eletrônico, e a mesma forneceu autorização expressa para uso e tradução para o português.

O questionário para professores contém 18 questões com respostas sim/não ou verdadeiro/falso e aborda os seguintes temas: hábitos alimentares, imagem corporal, conhecimento, crenças e atitudes sobre o controle de peso e histórico de TAs (ANEXO G).

A proposta de tradução do questionário foi baseada na mesma utilizada em outras pesquisas similares (STADLER, 2011), mediante um processo composto das seguintes etapas:

- 1-) Traduções por 2 indivíduos bilíngues que não conversarão entre si durante o processo;
- 2-) As versões serão comparadas pela pesquisadora chegando a uma mais próxima do desejado;
- 3-) Posteriormente, será realizada a aplicação da versão escolhida a 15 nutricionistas, as quais responderão ao questionário e ao final farão uma análise do entendimento geral do questionário.

### **4.3 Análise dos dados**

A análise dos dados foi realizada por meio do auxílio do pacote estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 20.0 e o nível de significância adotado foi de  $p < 0,05$  (NORUSIS, 1993). Foram utilizados, inicialmente,

os recursos da estatística descritiva (média, desvio padrão e frequências). Os dados relativos à caracterização da amostra e avaliação do estado nutricional foram descritos em termos de medidas de tendência central e distribuição percentual. Foram avaliadas possíveis associações entre as variáveis socioeconômicas e relativas ao estado nutricional, por meio da utilização da comparação entre médias, pelo teste t de *Student* e entre as variáveis categóricas, por meio do teste qui-quadrado.

Para avaliar a percepção da imagem corporal das professoras foram utilizados os resultados da Escala de Silhuetas, a qual é representada por 15 figuras tanto femininas quanto masculinas que variam o IMC entre 12 e 47,5 Kg/m<sup>2</sup>. A educadora escolheu uma silhueta que acredita ser mais parecida com o seu próprio corpo e depois indicou a figura que mostra o corpo que ela gostaria de ter. Quando a variação entre a silhueta real e ideal foi igual a zero, os sujeitos foram classificados como satisfeitos; e se diferente de zero, insatisfeitos. Caso a diferença seja positiva (real – ideal), consta-se uma insatisfação corporal por excesso de peso e, conseqüentemente, desejo de reduzir a silhueta e, quando negativa, uma insatisfação por magreza e o desejo de aumentar a silhueta (RECH et al., 2010).

Para verificar a associação da imagem corporal com as características demográficas (gênero, idade, formação/disciplina lecionada) foi utilizado o teste qui-quadrado.

Finalmente, foram avaliados os dados obtidos com a aplicação do SATAQ-3, o qual foi elaborado para avaliar a influência da mídia em relação à satisfação do indivíduo com seu corpo (ANEXO F). O escore total deste instrumento é calculado pela soma das respostas, sendo que a maior pontuação representa maior influência dos aspectos socioculturais na imagem corporal do indivíduo (ALVARENGA et al., 2010b). Os itens do questionário se desdobram, originalmente, em quatro fatores:

- Internalização geral (questões 3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 27) - avalia a aceitação das mensagens da mídia em relação a ideais estéticos não realistas;
- Internalização atlética (questões 19, 20, 23, 24, 30) - avalia a adesão e a aceitação de um corpo ideal atlético;
- Pressão (questões 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26) - avalia a pressão de várias mídias para “batalhar” pelos ideais de beleza,

- Informação (questões 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 28, 29) - avalia a extensão na qual várias mídias são consideradas uma importante fonte de informação sobre a aparência.

Foi utilizada, para os resultados do SATAQ-3, a análise de variância (ANOVA) para verificar variância homogênea e uma análise de covariância para verificar se a idade, IMC e formação poderão influenciar nos resultados.

Para verificar a distribuição dos dados foi feito o teste de Kolmogorov-Smirnov. A correlação entre SATAQ com as variáveis (idade, tempo de profissão, peso, estatura, índice de massa corporal e percentual de gordura corporal) foi feita pelo teste de correlação de Pearson (FIELD, 2009).

Foi realizada a análise de variância (ANOVA) com um fator para comparar a pontuação do SATAQ conforme as classificações do IMC e da porcentagem de gordura corporal seguida do post hoc de Bonferroni. Além disso, categorizamos o SATAQ em tercis para compararmos as outras variáveis dependentes. Análise univariada entre SATAQ com as variáveis independentes foi realizada pela regressão linear. A análise de regressão linear multivariada foi utilizada para estimar os valores de beta e intervalo de confiança de 95% (IC95%).

A análise do questionário para professores foi feita inicialmente por meio de estatística descritiva. Os testes qui-quadrado e teste exato de Fisher foram usados para comparar as diferenças das frequências de cada pergunta do questionário segundo a satisfação com a imagem corporal.

#### **4.4 Aspectos éticos**

Os procedimentos para o desenvolvimento da pesquisa respeitaram as preconizações da Resolução número 196, de 10 de Outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde. O protocolo de pesquisa foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo e recebeu aprovação para ser desenvolvido sob o nº 1.709.826 (ANEXO H). Só participaram do estudo os professores que leram, entenderam e aceitaram os objetivos e os procedimentos da pesquisa, descritos no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Ficou garantido o direito de qualquer participante desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, sem sofrer nenhum tipo de constrangimento ou ônus. A

participação no estudo foi confidencial e os resultados foram arquivados e utilizados apenas para fins de publicação científica e de orientação aos professores, coordenadores e às instituições coparticipantes. Não foi fornecida nenhuma forma de pagamento decorrente da participação na pesquisa.

Embora não estivessem previstos riscos à saúde dos participantes, riscos mínimos, inerentes a qualquer pesquisa científica, podem ocorrer. Os riscos previstos foram: I. constrangimento do professor no momento de realizar a tomada de peso e estatura; II. Cansaço do participante ao responder o questionário.

Como benefícios aos sujeitos de pesquisa, espera-se que eles compreendam como está a percepção da imagem corporal e conheçam seu estado nutricional atual, através de um parecer posterior que foi enviado aos docentes com tais informações. A avaliação dos resultados sobre o estado nutricional foi entregue aos participantes, a partir de uma ficha individualizada (ANEXO I). Além disso, após o término do estudo será oferecida uma palestra de devolutiva aos participantes, visando informá-los dos resultados e conscientizá-los sobre a importância que suas mensagens intencionais ou mesmo não intencionais sobre peso, imagem corporal e dieta representam para os alunos. Assim, indiretamente a escola e as famílias também serão beneficiadas.

## 5 RESULTADOS

Foram distribuídos, inicialmente, 110 convites a docentes de todas as idades, homens e mulheres, das instituições coparticipantes do presente estudo. Destes, 80% (n=87) responderam ao convite, mas 33% destes (n=29) relataram que não fariam parte da pesquisa dada a necessidade de mensuração do peso corporal. Dos 58 professores restantes, interessados em fazer parte do estudo, três responderam aos instrumentos de coleta de dados adequadamente, porém, não desejaram participar da avaliação antropométrica, especialmente porque esta envolvia aferição do peso corporal. Dessa forma, participaram de todas as etapas da pesquisa 55 docentes, todas mulheres e houve recusa total por parte de 32 potenciais participantes (36,8%) devido à necessidade de se pensar.

### 5.1. Características gerais da população estudada

A amostra foi constituída por 55 professoras, todas do gênero feminino (100%), sendo 49,1% da Educação Infantil e 50,9% do Ensino Fundamental I, de 4 colégios paulistanos, com idade média de 37,49 anos (DP=12,04), sendo que 40% da amostra tinha idade entre 19-29.

O tempo médio de exercício da profissão entre as participantes foi de 14,8 anos (DP=10,16). Grande parte das professoras que participaram da pesquisa eram formadas em pedagogia, com especialização em psicopedagogia (92,7%), e ministravam aulas de diversas disciplinas, sendo que 85,5% das professoras trabalhavam apenas em uma escola (Tabela 1).

Além disso, na Tabela 1 é possível observar que 54,5% das participantes tinha filhos e a maioria das professoras encontrava-se dividida entre as classes sociais A (32,7%) e B (65,4%).

**Tabela 1 – Distribuição, em números absolutos e percentuais, das variáveis de caracterização socioeconômica das docentes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	f(%)
Idade	
19-29	22(4)
30-39	5(9,1)
40-49	17(30,9)
>50	1 (20,0)
Escola	
1	17(30,9)
2	14(25,5)
3	16(29,1)
4	8(14,5)
Formação	
Educação Física	2(3,6)
Pedagogia / Psicopedagogia	51(92,7)
Outros	2(3,6)
Disciplina	
Educação Física / Dança	2(3,6)
Diversas	50(90,9)
Outros	3(5,5)
Turma em que ministra aulas	
Infantil	27(49,1)
Fundamental I	28(50,9)
Trabalha em mais de uma escola	
Sim	8(14,5)
Não	47(85,5)
Filhos	
Sim	30(54,5)
Não	25(45,5)
Classificação econômica	
A	18(32,7)
B1	24(43,6)
B2	12(21,8)
C1	1(1,8)

## 5.2. Estado nutricional

A Tabela 2 apresenta os resultados relativos à avaliação do estado nutricional das professoras. O IMC médio encontrado foi de 26,60kg/m<sup>2</sup>, indicativo de sobrepeso. A distribuição em categorias de IMC também apontou que a maioria das professoras (58,2%) se encontravam acima da faixa de eutrofia. O percentual de gordura médio estimado foi de 41,9%, o qual é considerado “muito alto” de acordo com os pontos de corte propostos por Lohman (1992). Apenas 3,6% das professoras avaliadas apresentaram percentuais de gordura corporal considerados “ideais”.

**Tabela 2 – Distribuição em números absolutos e percentuais das variáveis antropométricas das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Média (DP) ou <i>f</i> (%)
Peso (kg)	71,0(11,47)
Estatura (m)	1,6(0,06)
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	26,6(3,81)
IMC categórico*	
Eutrófico	23(41,8)
Sobrepeso	23(41,8)
Obesidade grau I	8(14,5)
Obesidade grau II	1(1,8)
% Gordura corporal	41,9 (7,82)
% Gordura corporal categórico*	
Ideal	2(3,6)
Alto	10(18,2)
Moderadamente alto	1(1,8)
Muito alto	42(76,4)

\*Dados categóricos.

### 5.3. Satisfação com a imagem corporal

A grande maioria das participantes (89,1%) encontravam-se insatisfeitas com a imagem corporal atual e gostariam de ter uma silhueta diferente da real. A Tabela 3 mostra que entre as professoras que participaram do estudo, todas aquelas na faixa etária de 40-49 anos estavam insatisfeitas com a imagem corporal, seguidas das professoras entre 19-29 anos (86,4%), porém não foi observada diferença estatisticamente significativa.

A maioria das professoras formadas em pedagogia revelaram insatisfação com a imagem corporal (92,2%), resultado com significância estatística ( $p=0,034$ ). As professoras que ministravam aulas de diversas disciplinas apresentaram 94% de insatisfação corporal ( $p=0,001$ ), sendo que as professoras que ministravam aulas para o Ensino Fundamental I foram mais insatisfeitas do que as de Educação Infantil, sem significância estatística.

Entre as professoras que estavam insatisfeitas, a maioria pertencia à classe econômica B ( $p=0,038$ ). Em relação aos filhos, a maioria das professoras que tinham filhos estavam insatisfeitas quando comparadas às que não tinham, mas não houve diferença estatisticamente significativa (Tabela 3).

Não se observou associação estatisticamente significativa entre satisfação com a imagem corporal e série na qual a docente ministrava aulas e número de escolas nas quais a docente trabalhava.

**Tabela 3 – Comparação da imagem corporal com as variáveis de caracterização da profissão (frequência e porcentagem) das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Caracterização da profissão	Satisfeito	Insatisfeito	p-valor
<b>Idade</b>			
19-29	3(13,6)	19(86,4)	0,084
30-39	2(40)	3(60)	
40-49	0	17(100)	
>50	1(9,1)	10(90,9)	
<b>Escola</b>			
1	1(5,9)	16(94,1)	0,458
2	2(14,3)	12(85,7)	
3	3(18,8)	13(81,2)	
4	0	8(100)	
<b>Formação</b>			
Educação Física	1(50)	1(50)	0,034*
Pedagogia / Psicopedagogia	4(7,8)	47(92,2)	
Outros	1(50)	1(50)	
<b>Disciplina</b>			
Educação Física / Dança	1(50)	1(50)	0,001*
Polivalente	3(6)	47(94)	
Outros	2(66,7)	1(33,3)	
<b>Sala em que ministra aula</b>			
Infantil	5(18,5)	22(81,5)	0,075
Fundamental I	1(3,6)	27(96,4)	
<b>Trabalha em mais de uma escola</b>			
Sim	0	8(100)	0,284
Não	6(12,8)	41(87,2)	
<b>Filhos</b>			
Sim	2(6,7)	28(93,3)	0,269
Não	4(16)	21(84)	
<b>Classificação econômica</b>			
A	2(11,1)	16(88,9)	0,038*
B1	2(8,3)	22(91,7)	
B2	1(8,3)	11(91,7)	
C1	1(100)	-----	

Teste Qui-quadrado; \*p<0,05.

A Tabela 4 mostra que a diferença de idade entre as professoras satisfeitas e insatisfeitas com a imagem corporal foi 3,7 anos. Além disso, as professoras satisfeitas apresentaram média de peso corporal menor, de 58,6kg, contra 72,5kg das insatisfeitas, representando diferença de quase 14 kg, mostrando que quanto menor o peso mais satisfeitas as docentes estavam com sua imagem corporal ( $p=0,043$ ).

A diferença do IMC médio entre os grupos foi 4,7Kg/m<sup>2</sup>, sendo que as insatisfeitas apresentaram IMC médio considerado como sobrepeso (27,11Kg/m<sup>2</sup>;  $p=0,049$ ).

**Tabela 4 – Comparação das variáveis dependentes (média e desvio padrão) com a classificação da imagem corporal das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis dependentes	Satisfeito	Insatisfeito	p-valor
Idade (anos)	34,17(11,77)	37,90(12,12)	0,271
Peso	58,56(3,58)	72,53(11,18)	0,043*
Estatura (m)	1,61(0,06)	1,63(0,06)	0,534
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	22,41(1,81)	27,11(3,68)	0,049*
% Gordura corporal	31,76(4,38)	43,18(7,23)	0,148
Tempo de profissão	11,0(10,52)	15,20(10,14)	0,818

Teste t *Student* para amostras independentes; \* $p<0,05$ .

A Tabela 5 mostra que 96,9% das participantes insatisfeitas com a imagem corporal apresentavam excesso de peso em relação ao IMC, sendo este um resultado significativamente estatístico ( $p=0,029$ ). Quando analisadas as categorias de percentual de gordura corporal, 90,6% das professoras insatisfeitas mostraram-se acima dos valores considerados ideais.

**Tabela 5 – Comparação das variáveis antropométricas (frequência e porcentagem) com a classificação da imagem corporal das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis dependentes	Satisfeito	Insatisfeito	p-valor
IMC categórico			
Eutrófico	5(21,7)	18(78,3)	0,029*
Excesso de peso	1(3,1)	31(96,9)	
% Gordura corporal			
Ideal	1(50)	1(50)	0,071
Acima do ideal	5(9,4)	48(90,6)	

Teste Qui-quadrado;  $p<0,005$ ; Excesso de peso (IMC $\geq$ 25Kg/m<sup>2</sup>); Acima do ideal (>35%).

#### 5.4. SATAQ

Na Tabela 6 observa-se que a pontuação média das professoras no questionário SATAQ foi de 82,1 pontos (DP=18,37).

**Tabela 6 – Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das outras variáveis das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Média (DP) ou <i>f</i> (%)
SATAQ	82,1 (18,37)
SATAQ tercil*	
Tercil 1	72,65
Tercil 2	93,30
Tercil 3	115,00

\*Dados categóricos.

Conforme os resultados apresentados na Tabela 7, a maioria das professoras menos influenciada pela mídia (Tercil 1) tinha idade entre 40-49 anos, sem que fosse observada diferença estatisticamente significativa. Já as mais influenciadas foram as mais novas, na faixa etária de 19-29 anos.

Em relação à classificação econômica, as participantes com menos pontuação no SATAQ eram de classe econômica A e as com maior, de classe B. Além disso, a maior parte das professoras que alcançaram maior pontuação no SATAQ (Tercis 2 e 3) não tinham filhos (40 e 36%, respectivamente).

**Tabela 7 – Comparação das variáveis de caracterização da profissão (frequência e porcentagem) com a classificação do SATAQ em tercil das participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Tercil 1	Tercil 2	Tercil 3	p-valor
Idade				
19-29	4(18,2)	8(36,4)	10(45,5)	0,442
30-39	3(60)	1(20)	1(20)	
40-49	8(47,1)	5(29,4)	4(23,5)	
>50	3(27,3)	4(36,4)	4(36,4)	
Escola				
1	4(23,5)	6(35,3)	7(41,2)	0,321
2	8(57,1)	3(21,4)	3(21,4)	
3	3(18,8)	8(50)	5(31,2)	
4	3(37,5)	2(25)	3(37,5)	
Formação				
Educação Física	1(50)	0	1(50)	0,717
Pedagogia/Psicopedagogia	16(31,4)	18(35,3)	17(33,3)	
Outros	1(50)	0	1(50)	

**Tabela 7 – Comparação das variáveis de caracterização da profissão (frequência e porcentagem) com a classificação do SATAQ em tercil das participantes. São Paulo, 2016. (Cont.)**

Variáveis	Tercil 1	Tercil 2	Tercil 3	p-valor
<b>Disciplina</b>				
Educação Física/Dança	1(50)	0	1(50)	0,908
Diversas	16(32)	17(34)	17(34)	
Outros	1(33,3)	1(33,3)	1(33,3)	
<b>Sala em que ministra aula</b>				
Infantil	7(25,9)	12(44,4)	8(29,6)	0,300
Fundamental I	11(39,3)	7(25)	10(35,7)	
<b>Se trabalha em mais de uma escola</b>				
Sim	3(37,5)	2(25)	3(37,5)	0,828
Não	15(31,9)	17(36,2)	15(31,9)	
<b>Filhos</b>				
Sim	12(40)	10(33,3)	8(26,7)	0,399
Não	6(24)	9(36)	10(40)	
<b>Classificação econômica</b>				
A	7(38,9)	6(33,3)	5(27,8)	0,800
B1	7(2,92)	8(33,3)	9(37,5)	
B2	4(33,3)	5(41,7)	3(25)	
C1	0	0	1(100)	

Teste Qui-quadrado; \*p<0,05.

Na Tabela 8 observa-se que as docentes integrantes do Tercil 2, conforme pontuação no SATAQ, tinham um peso corporal médio cerca de 9Kg inferior aos demais tercis ( $p=0,032$ ). Foi observada uma tendência de associação entre o IMC médio e a pontuação no SATAQ.

**Tabela 8 - Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das variáveis antropométricas com a classificação do SATAQ em tercil das participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Tercil 1	Tercil 2	Tercil 3	p-valor
Peso (kg)	74,02(13,02) #	65,50(10,63)	73,81(8,78)	0,032*
Estatura (m)	1,64(0,05)	1,61(0,06)	1,63(0,05)	0,323
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	27,25(4,42)	24,92(2,92)	27,71(3,55)	0,054
IMC categórico				
Eutrófico	9(39,1)	10(43,5)	4(17,4)	0,072
Excesso de peso	9(28,1)	8(25)	15(46,9)	
% Gordura corporal	42,41(7,24)	38,48(7,28) ‡	45,10(7,83)	0,032*
% Gordura corporal categórico				
Ideal	0	1(50)	1(50)	0,603
Acima do ideal	18(34)	17(32,1)	18(34)	

Teste Qui-quadrado para dados categóricos; ANOVA com único fator para dados contínuos; Pos hoc de Bonferroni: # Tercil 1 é diferente de tercil 2; ‡ Tercil 2 é diferente de tercil 3; p<0,005. Excesso de peso (IMC≥25Kg/m<sup>2</sup>); Acima do ideal (>35%).

O percentual de gordura mais elevado (45,10%) foi apresentado pelo grupo do Tercil 3, ou seja, as professoras que foram mais influenciados pela mídia (p=0,032), mas esta associação não se observa na análise das categorias de percentual de gordura corporal (Tabela 8).

Conforme a Tabela 9, segundo a idade média, o grupo mais influenciado pela mídia foi o mais novo quando comparado com os demais (34,22 anos) e com menos tempo de profissão (11,89 anos), sem ser observada significância estatística.

**Tabela 9 - Análise descritiva (média e desvio padrão e frequência e porcentagem) das outras variáveis com a classificação do SATAQ em tercil das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Tercil 1	Tercil 2	Tercil 3	p-valor
Idade	39,39(10,43)	38,79(13,65)	34,22(11,70)	0,376
Tempo de profissão	17,11(9,84)	15,21(10,94)	11,89(9,48)	0,301
Imagem corporal				
Satisfeito	1(16,7)	4(66,7)	1(16,7)	0,215
Insatisfeito	17(34,7)	15(30,6)	17(34,7)	
SATAQ	61,17(11,26) # \$	83,95(7,45) ‡	101,11(6,02)	<0,001*

Teste Qui-quadrado para dados categóricos; ANOVA com único fator para dados contínuos; Post hoc de Bonferroni: # Tercil 1 é diferente de tercil 2; \$ Tercil 1 é diferente de tercil 3; ‡ Tercil 2 é diferente de tercil 3; p<0,005.

A maioria das professoras insatisfeitas com a imagem corporal estava dividida entre os grupos menos influenciados pela mídia (tercil 1 = 34,7%) e mais influenciados (tercil 3 = 34,7%) (Tabela 9), mas não se observou diferença estatisticamente significativa.

A Tabela 10 mostra a análise de correlação entre a pontuação no SATAQ e diversas variáveis do estudo. Observou-se que quanto menor o tempo de profissão das docentes maior era a pontuação no SATAQ, sendo observada correlação inversa e fraca, mas estatisticamente significativa.

**Tabela 10 – Análise de correlação entre pontuação do SATAQ e variáveis das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	r	p-valor
Idade (anos)	-0,22	0,106
Peso	-0,02	0,866
Estatura (m)	-0,03	0,777
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	0,00	0,982
% Gordura corporal	0,11	0,421
Tempo de profissão	-0,29	0,030*

Correlação de Pearson; \*p<0,05.

A análise de variância, mostrou maior pontuação das professoras no SATAQ tanto na categoria de excesso de peso corporal, quanto dentre as docentes com percentual de gordura corporal acima do ideal, sem significância estatística (Tabela 11).

**Tabela 11 – Comparação do SATAQ conforme o estado nutricional das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

SATAQ	IMC		p-valor <sup>a</sup>
	Eutrófico	Excesso de Peso	
SATAQ	77,52(16,23)	85,41(19,34)	0,117
SATAQ	% Gordura corporal		p-valor <sup>a</sup>
	Ideal	Acima do ideal	
SATAQ	93,0(12,72)	81,70(18,51)	0,398

<sup>a</sup> ANOVA para um fator; p<0,05.

De acordo com a Tabela 12 é possível observar que à medida que aumenta a idade das professoras há uma diminuição de 0,53 pontos no SATAQ (p=0,030).

**Tabela 12 – Análise de regressão linear univariada para verificar a associação das variáveis independentes sobre SATAQ. São Paulo, 2016.**

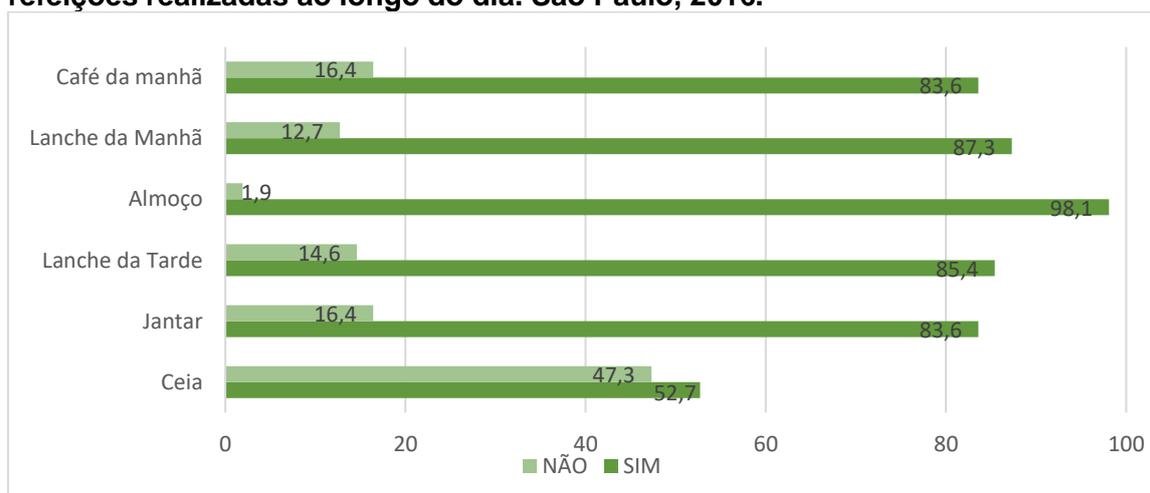
Variáveis	$\beta$ coeficiente	IC95%	p-valor
Idade (anos)	-0,336	-0,747; 0,074	0,106
Tempo de profissão	-0,529	-1,005; -0,053	0,030*
Peso	-0,037	-0,478; 0,404	0,866
Estatura	-11,952	-96,192; 72,288	0,777
IMC	0,015	-1,312; 1,343	0,982
% Gordura corporal	0,260	-0,383; 0,903	0,421
Imagem corporal	2,68	-13,390; 18,758	0,739

\*p<0,05; IMC=Índice de Massa Corporal.

### 5.5. Questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professores

Os resultados obtidos no questionário proposto por O’Dea e colaboradores (2001) estão descritos a seguir. O Gráfico 1 apresenta as refeições realizadas pelas professoras rotineiramente em um dia alimentar habitual. Dentre as participantes, mais pessoas realizavam o lanche da manhã do que o café da manhã, quase todas almoçavam (98,1%) e mais professoras tomavam lanche da tarde do que jantavam.

**Gráfico 1 – Distribuição percentual das professoras estudadas segundo habitualmente refeições realizadas ao longo do dia. São Paulo, 2016.**



A Tabela 13 mostra que, a partir das informações do questionário aplicado, 40% das participantes estão atualmente realizando algum tipo de dieta para perda de peso

e que 34,5% das professoras se consideravam “muito gordas”. Nenhuma participante se classificou como “muito magra”.

Também é possível observar, na Tabela 13, algumas questões que descrevem o comportamento das professoras relacionado à dieta. Dentre as participantes, 56,4% relataram que comiam mais quando se sentiam chateadas e 58,2% consideravam ter bons hábitos alimentares. Em relação ao corpo, 78,2% das professoras relataram estar tentando perder peso, mais da metade está tentando definir o corpo e desenvolver os músculos. Quando questionadas sobre a prática de atividade física, 85,5% reconheceram que precisam fazer mais atividade física e 72,7% estão tentando entrar em forma.

**Tabela 13 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Média (DP) ou f(%)
Você faz dieta para perder peso? (QP4)	
Sim	22(40)
Não	33(60)
Você se acha: (QP6)	
Muito magro	-----
Dentro do normal	36(65,5)
Muito gordo	19(34,5)
Eu como mais quando estou entediado ou chateado (QP7.1)	
Sim	31(56,4)
Não	24(43,6)
Eu tomo comprimidos polivitamínicos (QP7.2)	
Sim	6(10,9)
Não	49(89,1)
Atualmente eu estou tentando perder peso (QP7.3)	
Sim	43(78,2)
Não	12(21,8)
Atualmente eu estou tentando ganhar peso (QP7.4)	
Sim	1(1,8)
Não	54(98,2)
Atualmente estou tentando definir o meu corpo (QP7.5)	
Sim	29(52,7)
Não	26(47,3)
Eu tenho bons hábitos alimentares (QP7.6)	
Sim	32(58,2)
Não	23(41,8)

**Tabela 13 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016. (Cont.)**

Variáveis	Média (DP) ou f(%)
Eu sinto que eu deveria desenvolver meus músculos (QP7.7)	
Sim	30(54,5)
Não	25(45,5)
Eu preciso definir o meu corpo (QP7.8)	
Sim	3(63,6)
Não	20(36,4)
Eu preciso fazer mais exercícios (QP7.9)	
Sim	47(85,5)
Não	8(14,5)
Atualmente eu estou tentando entrar em forma (QP7.10)	
Sim	40(72,7)
Não	15(27,3)

As participantes foram questionadas sobre quem eram as pessoas que mais diziam a elas que deveriam perder peso e fazer exercícios físicos. Somente 10 participantes (5,5%) responderam a esta questão e destas, 80% referiram os familiares e 20% os médicos. As pessoas que mais diziam que elas deveriam definir o corpo eram os amigos (80%) e os *personal trainers* (20%).

A Tabela 14 apresenta métodos que as docentes entrevistadas normalmente utilizam para emagrecer ou prevenir o ganho de peso. As professoras foram questionadas se já realizaram ou ainda realizam alguns desses métodos nos últimos 12 meses. Mais da metade da amostra relatou seguir seu próprio estilo de dieta, 41,8% “pulavam refeições” ou evitavam comer e 20% das professoras disseram seguir dietas da moda de revistas. A maioria relatou escolher alimentos de baixa caloria rotineiramente como os “*light ou diet*” e 56,3% se mantinham ocupadas para não pensar em comida.

**Tabela 14 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

Variáveis	Média (DP) ou f(%)
Não comer entre as principais refeições (QP8.1)	
Sim	14(25,5)
Não	41(74,5)
Evitar/Pular refeições (QP 8.2)	
Sim	23(41,8)
Não	32(58,2)

**Tabela 14 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016. (Cont.)**

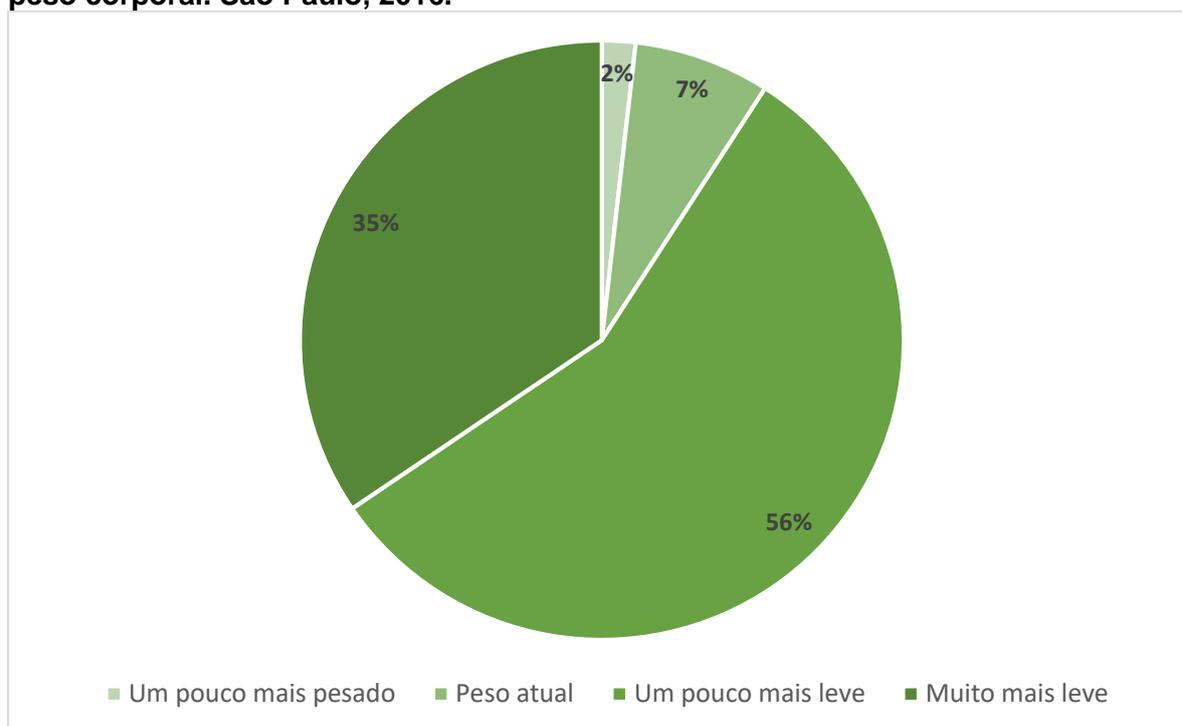
Variáveis	Média (DP) ou <i>f</i> (%)
Seguir sua própria dieta (QP8.3)	
Sim	31(56,3)
Não	24(43,7)
Seguir dietas de revistas (QP8.4)	
Sim	11(20)
Não	44(80)
Se exercitar (QP8.5)	
Sim	37(67,2)
Não	18(32,8)
Se exercitar excessivamente (QP8.6)	
Sim	6(10,9)
Não	49(89,1)
Escolher alimentos de baixa caloria (QP8.7)	
Sim	35(63,6)
Não	24(36,4)
Manter-se ocupado (QP 8.8)	
Sim	31(56,3)
Não	24(43,7)
Torna-se vegetariano (QP 8.9)	
Sim	2(3,6)
Não	53(96,4)
Beber água antes das refeições (QP 8.10)	
Sim	13(23,6)
Não	42(76,4)
Jejuar (QP 8.11)	
Sim	4(7,2)
Não	51(92,8)
Evitar situação nas quais haverá comida (QP 8.12)	
Sim	2(3,6)
Não	53(96,4)
Aproveitar situações de doença para evitar se alimentar (QP 8.13)	
Sim	2(3,6)
Não	53(96,4)
Usar laxantes naturais como ameixas, farelo de trigo, etc (QP 8.14)	
Sim	4(7,3)
Não	51(92,7)
Usar laxantes (QP 8.15)	
Sim	1(1,8)
Não	54(98,2)

**Tabela 14 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016. (Cont.)**

Variáveis	Média (DP) ou f(%)
Vomitar (QP 8.16)	
Sim	0(0,0)
Não	55(100,0)
Fumar (QP 8.17)	
Sim	0(0,0)
Não	55(100,0)
Tentar induzir vômitos (QP 8.18)	
Sim	0(0,0)
Não	55(100,0)
Não engolir a comida (QP 8.19)	
Sim	0(0,0)
Não	55(100,0)
Usar comprimidos para emagrecer (QP 8.20)	
Sim	4(7,2)
Não	51(92,8)

O Gráfico 2 revela como as participantes gostariam que seu peso corporal fosse. Apenas 7% se mostraram satisfeitas com o peso atual, sendo que 91% gostariam de ter um peso “mais leve”.

**Gráfico 2 – Distribuição percentual das docentes de acordo a mudança almejada no peso corporal. São Paulo, 2016.**



A Tabela 15 mostra mensagens que as professoras diriam aos alunos que estão acima do peso. Apenas metade das participantes aconselharia o seu aluno a fazer mais atividade física e 75% delas recomendavam variedade de alimentos na dieta dos alunos.

**Tabela 15 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016.**

	Satisfação com a imagem corporal						Valor p*
	Insatisfeito		Satisfeito		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Faça uma dieta restrita para perder peso (QP11.1)*							
Não	47	97,9	4	80	51	96,2	0,181
Sim	1	2,1	1	20	2	3,8	
Torne-se um vegetariano (QP11.2)**							
Não	48	100	5	100	53	100	---
Sim	---	---	---	---	---	---	
Aumente seus exercícios diários (ex. caminhada) (QP11.3)*							
Não	25	52,1	2	40	27	50,9	0,669
Sim	23	47,9	3	60	26	49,1	
Tenha como objetivo perder 1 a 2 kg por semana (QP11.4)*							
Não	47	97,9	5	100	52	98,1	1
Sim	1	2,1	---	---	1	1,9	
Explica a eles que quando eles crescerem, vão acabar emagrecendo (QP11.5)*							
Não	32	66,7	5	100	37	69,8	0,307
Sim	16	33,3	---	---	16	30,2	
Reduza a ingestão calórica para 1500 calorias (QP11.6)*							
Não	48	100	4	80	52	98,1	0,094
Sim	---	---	1	20	1	1,9	
Reduza a ingestão calórica para 1200 calorias (QP11.7)*							
Não	46	95,8	4	80	50	94,3	0,262
Sim	2	4,2	1	20	3	5,7	
Beba água antes das refeições para “encher o estômago” (QP11.8)*							
Não	46	95,8	4	80	50	94,3	0,262
Sim	2	4,2	1	20	3	5,7	
Escolha apenas alimentos de baixa caloria (QP11.9)*							
Não	37	77,1	3	60	40	75,5	0,586
Sim	11	22,9	2	40	13	24,5	
Coma uma variedade de diferentes alimentos (QP11.10)*							
Não	11	22,9	2	40	13	24,5	0,586
Sim	37	77,1	3	60	40	75,5	

**Tabela 15 – Análise descritiva (frequência e porcentagem) do questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes participantes. São Paulo, 2016. (Cont.)**

	Satisfação com a imagem corporal						Valor p*
	Insatisfeito		Satisfeito		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Corte todos lanches entre as refeições (QP11.11)*							
Não	47	97,9	5	100	52	98,1	1
Sim	1	2,1	---	---	1	1,9	
Coma menos comida, porém mais frequentemente (QP11.12)*							
Não	34	70,8	3	60	37	69,8	0,632
Sim	14	29,2	2	40	16	30,2	
Pese-se todos os dias (QP11.13)*							
Não	48	100	4	80	52	98,1	0,094
Sim	---	---	1	20	1	1,9	
Tome um suplemento de vitaminas e minerais (QP11.14)*							
Não	46	95,8	3	60	49	92,5	0,04
Sim	2	4,2	2	40	4	7,5	
Evite combinar certos alimentos, ex. comer frutas e proteínas juntos (QP11.15)*							
Não	46	95,8	4	80	50	94,3	0,262
Sim	2	4,2	1	20	3	5,7	
Evite comer quando se sentir entediado, sozinho, triste ou tenso (QP11.16)*							
Não	39	81,3	3	60	42	79,2	0,275
Sim	9	18,8	2	40	11	20,8	
Faça uma desintoxicação do seu corpo através de dieta líquida uma vez por semana (QP11.17)*							
Não	45	93,8	5	100	50	94,3	1
Sim	3	6,3	---	---	3	5,7	
Faça 2 refeições por dia ao invés de 3 (QP11.18)*							
Não	44	91,7	5	100	49	92,5	1
Sim	4	8,3	---	---	4	7,5	
Evite comer certos alimentos como: salgadinhos, pirulitos e balas, chocolate, tortas, enroladinhos de salsicha e alimentos fritos (QP11.19)*							
Não	9	18,8	2	40	11	20,8	0,275
Sim	39	81,3	3	60	42	79,2	
Total	48	100	5	100	53	100	

\* teste exato de Fisher; \*\* teste do qui-quadrado.

Grande parte das docentes (96,4%) acredita que beber água antes das refeições ajuda a “encher” o estômago e, então, a comer menos. Quase 30% relatou que quando as crianças crescerem vão acabar emagrecendo. Mais de 20% da população disse que aconselharia as crianças a não comer quando estivessem tristes

e 32,7% recomendariam elas a comer menos, porém mais frequentemente. A maioria das professoras acreditava que as crianças com excesso de peso deveriam evitar alimentos como frituras, salgadinhos, pirulitos, chocolates (Tabela 15).

Ainda na Tabela 15 é possível observar que três professoras recomendavam aos alunos que fizessem dieta líquida ao menos uma vez por semana para “desintoxicar” o organismo e quatro (7,5%) recomendavam que as crianças fizessem apenas duas refeições ao dia.

As professoras que estavam mais insatisfeitas com a imagem corporal recomendavam menos que as crianças consumissem suplementos de vitaminas e minerais do que as professoras satisfeitas ( $p=0,040$ ) (Tabela 15).

## 6 DISCUSSÃO

No presente estudo foi avaliada a influência da mídia na satisfação da imagem corporal de professoras e as atitudes, crenças e comportamentos em relação à alimentação e ao peso corporal.

Não foram encontrados estudos brasileiros que tenham utilizado instrumentos similares aos empregados na presente pesquisa, especialmente com professoras da Educação Infantil e Ensino Fundamental, sendo os resultados obtidos comparados a estudos internacionais e a investigações brasileiras que tenham resultados provenientes de outros questionários.

Na presente pesquisa, todas as participantes eram do gênero feminino e isto pode ser explicado devido ao fato de que, no Brasil, a maioria dos professores que trabalham com crianças da Educação Infantil e Ensino Fundamental I são mulheres. Uma pesquisa realizada apenas com professores de Ensino Fundamental I de escolas públicas e privadas de Brasília, DF, mostrou que 97,8% da amostra era composta por mulheres (FERNANDEZ; SILVA, 2008). Já um estudo realizado com professores baianos mostrou que 95,6% da amostra eram mulheres (ROCHA; FERNANDES, 2008).

Um estudo mais recente, realizado com os microdados do Censo Escolar da Pesquisa Nacional por Amostras de Domicílios (PNAD), mostrou que 81,6% dos docentes brasileiros eram mulheres, as quais representavam 96,8% dos professores de Educação Infantil e 91,2% dos docentes do Ensino Fundamental I (ALVES; PINTO, 2011), mostrando que realmente existe a predominância do público feminino entre professores dentro do ambiente escolar no Brasil.

A idade média das professoras da presente pesquisa foi de 37,49 anos sendo que 54,5% tinham filhos. O tempo médio de profissão aferido foi de 14,8 anos. A pesquisa de Vedovato e Monteiro (2008), realizada com professores de Ensino Fundamental I de 9 escolas estaduais paulistas, mostrou que 66,3% das professoras tinham filhos e o tempo médio de profissão foi de 14,2 anos, bem semelhante ao encontrado no presente estudo. Ainda na pesquisa de Vedovato e Monteiro (2008) a classe social predominante foi a C, diferente do presente estudo, que mostrou a predominância das classes A e B. A diferença entre as classes sociais dos estudos

pode ser pelo fato deste estudo ter sido realizado apenas com professores de escolas particulares enquanto o outro foi realizado com professores de escolas públicas cuja renda é inferior.

Por outro lado, uma outra pesquisa conduzida por Santos e Marques (2013), em 59 escolas municipais de Educação Infantil e Ensino Fundamental do Sul do Brasil, mostrou que 70% dos docentes encontravam-se na classe social B e 18,4% na classe social A, sendo que quase metade da amostra (47,8%) tinha até 10 anos de profissão e 68,6% tinham pelo menos um filho. O perfil dos professores desse estudo se assemelha com o da presente pesquisa.

### **6.1 Estado nutricional**

O IMC médio das docentes do presente estudo foi 26,6kg/m<sup>2</sup> e o percentual médio de gordura corporal foi 41,9%. Uma pesquisa realizada com professores do Ensino Fundamental I de escolas públicas do município de Vinhedo – SP mostrou IMC médio inferior, de 25,2kg/m<sup>2</sup>, e percentual de gordura corporal 11,2% inferior ao da presente pesquisa (30,7%) (BOCCALETTO et al., 2007).

O estudo de Santos e Marques (2013), realizado em escolas municipais de Bagé, RS, com 1004 professores verificou que a prevalência de excesso de peso corporal em professoras de Educação Infantil e Ensino Fundamental I foi de 46,7%. Já uma outra pesquisa, também realizada em uma escola no Sul do país, com professores de Ensino Fundamental, mostrou uma prevalência de 29,4% de excesso de peso, valores inferiores aos encontrados nos demais estudos (PRASS; OLIVEIRA, 2015).

No presente estudo, mais da metade das professoras apresentaram excesso de peso corporal segundo o IMC (58,1%), sendo que quase um quinto da amostra já apresentava obesidade. O estudo de Santos et al. (2011), com professores de Educação Infantil de uma escola particular de São Paulo mostrou uma menor prevalência observada em relação ao excesso de peso (52%), apontando 39% em sobrepeso e 13% em obesidade.

Resultados semelhantes foram encontrados na Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009, divulgada pelo Ministério da Saúde, que revelou que

48% da população adulta brasileira do gênero feminino apresentava sobrepeso, e 16,9%, algum grau de obesidade (BRASIL, 2010).

## **6.2 Satisfação com a imagem corporal**

Do total das professoras entrevistadas, apenas 10,9% estavam satisfeitas com sua imagem corporal e não relataram nenhum desejo de mudança em seu corpo. Os outros 89,1% das professoras que participaram da pesquisa expressaram o desejo de perder peso e ter uma silhueta menor do que a atual.

Nenhum estudo sobre insatisfação com a imagem corporal em professores de Educação Infantil e Ensino Fundamental foi encontrado. Por outro lado, um estudo brasileiro realizado no Rio de Janeiro, com universitários de diferentes áreas de formação, mostrou 78,6% de insatisfação com a imagem corporal das jovens da área de humanas, sendo que aquelas que apresentaram sobrepeso ou obesidade foram as mais insatisfeitas com a imagem corporal (MIRANDA et al., 2012).

Uma pesquisa realizada na Austrália, com 502 estagiários e professores de Educação Física, mostrou que dentre as mulheres estudadas 25,3% se percebia como “muito gorda” e 74,7% gostariam de ter um peso menor do que o peso apresentado na época da pesquisa, demonstrando a insatisfação corporal dessas professoras (YAGER; O’DEA, 2009).

Já uma outra pesquisa feita em Juiz de Fora, MG, também com adultos de cursos superiores incluindo o curso de pedagogia que investigou a insatisfação corporal e comportamento alimentar dos universitários mostrou que entre as 276 mulheres avaliadas apenas 33,3% estavam insatisfeitas com o seu corpo. Valores bem inferiores aos encontrados neste estudo (CARVALHO et al., 2016).

Um outro estudo realizado apenas com mulheres universitárias de 37 universidades de todo o país verificou 64,4% de insatisfação com a imagem corporal, sendo que a maioria das mulheres gostaria de ter uma silhueta menor do que a escolhida (representada como atual, na época da pesquisa). O estudo também mostrou que a idade, a escolaridade e o IMC interferem na insatisfação da imagem corporal dessas mulheres (ALVARENGA et al., 2010b).

A insatisfação com a imagem corporal pode muitas vezes estar associada a formas de checagem do corpo. No estudo conduzido por Kachani (2012) sobre a checagem do corpo em pacientes com TAs mostrou que no grupo controle houve um maior percentual de indivíduos que não se interessavam em: beliscar coxas, olhar no espelho a barriga, usar tamanho de roupas para julgar o corpo, etc. No entanto olhar-se no espelho foi a forma mais comum de checagem tanto no grupo controle quanto no grupo de pacientes com TAs, sendo que a área mais checada é a barriga em ambos os grupos. Outro dado interessante é que o comportamento mais evitado pelas mulheres é o ato de pesar-se (20%). Muitas docentes do presente estudo deixaram de participar da pesquisa pelo fato de ter que se pesar, mostrando realmente a fobia de balança.

O presente estudo mostrou que as professoras com mais de 40 anos eram mais insatisfeitas do que as mais jovens. Além do mais, dentre as docentes que tinham filhos, 93,3% estavam insatisfeitas com o corpo. Além disso, foi maior a insatisfação com a imagem corporal entre as docentes de classe econômica superior (A e B).

Considerando a tendência atual de preocupação com a aparência física e o aumento da insatisfação com o corpo em diferentes faixas etárias, os achados deste estudo confirmam o desejo de mulheres de meia-idade almejarem um tamanho corporal menor que o atual.

A literatura ainda é escassa de estudos que investiguem a relação entre classes econômicas e outras variáveis subjetivas e imagem corporal. Uma pesquisa conduzida por Bevilacqua (2010), realizada com um grupo de mulheres de meia-idade no Rio Grande do Sul, mostrou alta insatisfação com a imagem corporal, devido ao excesso de peso corporal nas classes econômicas alta e média, enquanto as mulheres de classe econômica mais baixa percebiam-se mais satisfeitas com o seu corpo.

A pesquisa de Gilbert-Diamond (2009) sobre percepção corporal e relação com estado nutricional de mulheres nascidas em Bogotá, na Colômbia, constatou que quanto maior o nível de escolaridade, maior a insatisfação corporal e o desejo de silhuetas mais finas, enquanto mulheres acima de 40 anos, com filhos e menor classe socioeconômica, apresentavam maior prevalência de sobrepeso e obesidade.

Em contraposição, os resultados de Coelho e Fagundes (2007), analisando a imagem corporal de mulheres de diferentes classes econômicas, mostraram que quanto maior o poder aquisitivo dos indivíduos, melhor a relação com a sua imagem de corpo e maior o acesso às informações sobre o padrão de beleza imposto à sociedade, refletindo na variação da satisfação com a imagem corporal entre as mulheres de classes econômicas diferentes.

A presente pesquisa mostrou que 96,9% das participantes que estavam insatisfeitas com a imagem corporal apresentavam excesso de peso em relação ao IMC, sendo este um resultado estatisticamente significativo ( $p=0,029$ ). O IMC médio das participantes insatisfeitas foi de  $27,11\text{Kg/m}^2$ , o qual era indicativo de sobrepeso, contra  $22,41\text{Kg/m}^2$  das docentes satisfeitas, o qual as classificava como eutróficas.

Além da magnitude da insatisfação corporal, chama atenção o fato de que mesmo as docentes eutróficas desejavam ter silhuetas menores e, além de desejarem um corpo mais magro, tal magreza pode ser considerada não saudável de acordo com parâmetros médicos para eutrofia.

Essa situação atesta o descontentamento normativo apontado entre as mulheres da sociedade contemporânea em que todas acreditam que ficariam mais bonitas e atraentes se perdessem algum peso (RODIN, 1985). Sabe-se que não apenas a mulher obesa, e sim a mulher ocidental contemporânea, como um todo, está insatisfeita com sua imagem corporal. Segundo Ortega et al. (1996), há duas décadas atrás, 31,6% das estudantes espanholas com  $\text{IMC}<20,1\text{Kg/m}^2$  já queriam perder peso.

Analisando mulheres ingressantes em uma academia de ginástica em Curitiba, Filardo e Leite (2011) observaram que, embora 55% desejassem a redução de peso, somente 17% delas realmente necessitavam. A insatisfação com o próprio corpo parece estar relacionada às exigências sociais e culturais de aparência e magreza; as pessoas parecem tender, de forma estereotipada, a avaliar a imagem corporal em função das normas sociais e culturais de peso ideal (LEONHARD; BARRY, 1998).

Um estudo americano conduzido por Midlarsky e Nitzburg (2010), com 290 mulheres americanas de meia-idade (40-60 anos) mostrou 80% de insatisfação corporal sendo que metade dessas participantes tinha um peso e IMC normais.

Uma outra pesquisa, realizada por Poltroniere et al. (2016), com 187 mulheres adultas do município de Ipê, RS, observou que 45,9% das entrevistadas estavam insatisfeitas com sua imagem corporal, sendo que destas, apenas 40% estavam com excesso de peso. O estudo também mostrou que as mulheres obesas apresentaram 49% maior probabilidade de um desfecho para TAs em relação às eutróficas. Ainda no estudo de Poltroniere et al. (2016) foi constatado que quanto maior o IMC, maior também o grau de insatisfação com a imagem corporal, assim como encontrado no presente estudo.

### **6.3 SATAQ**

A pontuação média do SATAQ atingida pelas docentes foi de 82,1 pontos, sendo que as professoras com menor pontuação eram mais velhas e com maior tempo de profissão. Além disso, as participantes que marcaram menor pontuação eram de classe socioeconômica mais alta e as que atingiram menor pontuação não tinham filhos.

Em relação ao Estado Nutricional, o IMC das participantes que marcaram menor e maior pontuação foi de aproximadamente 27kg/m<sup>2</sup> sendo que aquelas que obtiveram maior pontuação tinham percentual de gordura corporal médio mais elevado (45,1%).

Nenhum estudo que utilizou esse instrumento para avaliar a influência da mídia em professores foi encontrado tanto na literatura nacional quanto internacional, o que dificultou a discussão de nossos achados.

Em uma pesquisa brasileira realizada por Alvarenga et al. (2010a), com 2414 universitárias de todas as regiões do Brasil, que utilizou o SATAQ como instrumento para avaliar a influência da mídia mostrou uma pontuação média de 85 pontos, valores acima dos encontrados nesse estudo. A pesquisa mostrou que em relação a faixa etária, as participantes mais velhas apresentavam menor pontuação total, achados que vêm de encontro aos que foram encontrados nesse estudo. Quanto ao estado nutricional, as autoras verificaram que quanto maior o IMC maior era a pontuação total no SATAQ. Em relação à renda, observou-se que as estudantes cuja renda era menor

apresentaram menor pontuação no SATAQ, assim como o observado no presente estudo.

A pesquisa de Alvarenga et al. (2010a) também mostrou que as universitárias mais velhas tinham 23% menos chance de serem influenciadas pela mídia do que as mais novas e que as estudantes com excesso de peso tinham 1,77 vez mais chance de ser influenciada pela mídia em relação as demais.

Um outro estudo nacional desenvolvido por Dunker et al. (2009) com adolescentes entre 15 a 18 anos mostrou que quanto maior a renda familiar maior era pontuação obtida no SATAQ. Esses dados confirmariam a ideia geral de que o ideal de beleza se aplica mais incisivamente a indivíduos de estratos econômicos mais privilegiados. Entretanto, estes resultados não foram verificados em nossa pesquisa.

Groez et al. (2002) encontraram em sua metanálise, que avaliou 25 estudos internacionais, que o efeito de manipulações experimentais do ideal de beleza pela mídia tem efeito maior em participantes com menor idade. Os pesquisadores ainda observaram uma piora da imagem corporal quando as pessoas estão em contato com imagens de pessoas mais finas/magras. Já Madanat et al. (2006), em sua pesquisa realizada com mulheres na Jordânia, também encontraram que mulheres mais velhas tiveram menores pontuações no SATAQ.

Autores discutem que quanto maior o IMC, maior a pressão sofrida das várias mídias para alcançar os ideais de beleza e maior a influência da mídia como um todo. Esse dado é compreendido quando se observa que a obesidade e o excesso de peso são altamente estigmatizados e associados com atributos como “preguiça” e “falta de vontade” (NEIGHBORS; SOBAL, 2007).

Uma observação atenta das revistas femininas e programas de televisão evidencia como o tema da perda de peso e busca do “corpo ideal” e popular predispõe a uma maior preocupação com o corpo, uso de dietas e comportamentos compensatórios que ajudam a entender que indivíduos mais distantes do ideal sociocultural se sintam piores e mais influenciados e pressionados (MARTINEZ-GONZALEZ et al., 2003; SANTOS; SERRA, 2003).

Um estudo de avaliação da influência da mídia em jovens adultas na Índia encontrou que a internalização dos ideais da mídia tem papel na insatisfação corporal

e busca pela magreza mesmo em um país em desenvolvimento e que, portanto, deve haver fatores de risco potencialmente similares em diferentes culturas (SHROFF; THOMPSON, 2004).

No presente estudo, a maioria das professoras que estavam insatisfeitas com a imagem corporal se dividiram igualmente entre os grupos de menor e maior pontuação no SATAQ.

Uma pesquisa realizada em Juiz de Fora, MG, por Coelho et al. (2015) com um grupo de mulheres mostrou que a pontuação média do SATAQ foi 83 pontos, resultados parecidos com o presente estudo. Essa mesma pesquisa avaliou a satisfação com imagem corporal dessas mulheres através do *Body Shape Questionary* (BSQ) sendo que houve a prevalência de 20,86% de insatisfação corporal, resultados bem inferiores aos achados neste estudo.

Segundo Cafri et al. (2005), as subescalas do SATAQ demonstram ter uma forte relação com a imagem corporal ou práticas de controle de peso. A identificação de fatores de risco para insatisfação corporal e TAs é essencial para o desenvolvimento e a implantação de programas efetivos de tratamento e prevenção. Estudo nessa área demonstrou que a influência da mídia pode ser um fator de risco causal para o início de problemas com a alimentação e o peso e a pressão da mídia influenciaria fortemente as tendências do indivíduo para adotar atitudes e comportamentos alimentares desordenados (THOMPSON et al., 2004a). O’Riordan e Zamboanga (2008) encontraram que a pressão da mídia mediou a associação entre a internalização e as tendências para bulimia nervosa entre universitários e que a pressão pareceu ter um papel maior do que a informação ou uso da mídia como fonte de informação.

Uma abordagem promissora em programas de prevenção dos TAs voltada ao fator sociocultural é a chamada “*Media Literacy*”, ou educação sobre a mídia. São programas baseados na teoria cognitivo-comportamental que buscam reduzir os fatores de risco para os TAs por meio de atividades interativas que ajudam os participantes a adotarem uma visão crítica sobre a mídia, propondo alternativas aos ideais culturais apresentados por ela (WILKSCH et al., 2006).

#### **6.4 Questionário sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professores**

Não foram encontrados estudos nacionais e internacionais em qualquer população que tenha utilizado integralmente o questionário proposto e validado por O'Dea e Abraham (2001), assim como na presente pesquisa. Dessa forma, discutiremos os itens separadamente, à luz de diferentes pesquisas.

Em relação aos hábitos alimentares das docentes que participaram da pesquisa, verificou-se que 16,4% não realizavam o café da manhã e 12,7% não comiam nada no lanche da manhã. Além disso, 16,4% não costumavam jantar e 47,3% não comiam mais nada antes de dormir.

No estudo realizado por Simão et al. (2006) com estudantes de todas as áreas de conhecimento de uma universidade no sul do país, constatou-se que, entre as participantes, 45,2% não realizavam café da manhã, 8,1% não almoçavam e 35,9% não jantavam, valores superiores aos encontrados neste estudo. A diferença de valores entre os estudos deve se explicar pela diferença de idade das participantes, uma vez que este estudo conta com mulheres já graduadas.

Já a pesquisa conduzida por Santos e Marques (2013), com professores de escolas do Sul do Brasil, demonstrou que 79,1% dos participantes realizavam mais do que 3 refeições por dia.

No questionário aplicado no presente estudo havia algumas perguntas sobre comportamentos relacionados ao controle de peso das docentes e 40% delas responderam estar fazendo algum tipo de dieta para emagrecer no momento da entrevista.

No estudo de Scagliusi et al. (2012), realizado com mulheres mães da cidade de Santos, SP, que avaliou a insatisfação corporal, a prática de dietas e comportamentos de risco para TAs, observou-se que 21,8% das mulheres estavam fazendo dieta para emagrecer no momento da entrevista, quase metade do valor encontrado neste estudo.

Dados nacionais sobre a prática de dietas são escassos e não foi encontrado nenhum outro estudo realizado com mulheres adultas e professoras. No estudo de

Pelotas, RS, foi encontrado que 14,4% das adolescentes entrevistadas haviam feito dieta nos últimos três meses à época da pesquisa (MADRUGA et al., 2010). Os resultados deste estudo corroboram tal panorama, mostrando que uma grande parcela das mulheres brasileiras costuma praticar dietas ainda na adolescência e tal hábito parece perdurar na vida adulta.

Existem evidências, embora ainda não tão bem consolidadas, de que a prática de dietas é um método ineficaz de controle de peso corporal que pode contribuir para o desenvolvimento de compulsão alimentar e “efeito sanfona” (POLIVY; HERMAN, 2006; GONÇALVES, et al., 2013).

É importante ressaltar que as intervenções voltadas para perda de peso reforçam a cultura da magreza, com as indústrias de alimentos, cosméticos e moda contribuindo ainda mais para a epidemia de prática de dietas desnecessárias e perigosas entre as mulheres (SCAGLIUSI; LOURENÇO, 2011).

No presente estudo, 78,2% das professoras admitiu estar tentando perder peso e mais de um terço da amostra (34,5%) relatou se sentir “muito gorda” e 91% gostaria que o peso fosse “mais leve”.

Na pesquisa feita pelas autoras do questionário utilizado na presente pesquisa, com professores e estagiários de três renomadas universidades estaduais australianas, mostrou-se que entre a população feminina 42,4% se sentia “muito gorda” e 64% assumiram estar tentando perder peso (O’DEA; ABRAHAM, 2001). Por outro lado, em uma pesquisa também australiana, realizada com professores de Educação Física de escolas do Ensino Fundamental, foi demonstrado que 25,3% das docentes se sentia gorda e 54,7% estava fazendo dieta para redução do peso (YAGER; O’DEA, 2009), sendo este um percentual ainda mais elevado que o encontrado no presente estudo.

Os achados desses estudos mostram que os professores estão apresentando atitudes e comportamentos inadequados em relação ao controle de peso, mesmo que muitas vezes tais modificações na dieta e estilo de vida sejam necessárias.

No presente estudo, observou-se que os pais e os médicos eram as pessoas que mais influenciavam as professoras para perderem peso. Estudos mostram que muitos jovens são fortemente incentivados pelos pais a praticar dietas para redução

de peso. Esse fator, associado a críticas e brincadeiras de familiares faz com que as pessoas procurem soluções rápidas para se adequar ao padrão de corpo valorizado: magro, para as mulheres, e forte, para os homens. Uma das soluções mais usadas é a dieta restritiva, que só aumenta as chances de desenvolvimento de TAs graves como anorexia e bulimia (COELHO; PIRES, 2014).

Por conta do risco de desenvolvimento de TAs, é necessário que pais, profissionais da saúde e professores mudem a forma de abordar o controle de peso, incentivando a seus filhos e alunos uma alimentação balanceada que contenha todos os tipos de alimentos, mesmo os que são fonte de açúcares, gorduras e sódio (em pequenas quantidades). Deve-se também incentivar a prática de atividades físicas feitas por prazer, não por obrigação (COELHO; PIRES, 2014).

O questionário aplicado ainda abordou algumas práticas utilizadas pelas professoras para emagrecer ou prevenir o ganho de peso, sendo as mais realizadas: pular refeições, escolher alimentos de baixa caloria, realizar dietas da moda e manter-se ocupada para não pensar em comida. Dentre essas práticas existem algumas consideradas mais perigosas à saúde que ainda assim foram mencionadas por algumas das participantes como: uso de comprimidos para emagrecer (7,2%), uso de laxantes (1,8%) e prática excessiva de atividade física (10,9%).

No estudo australiano de O'Dea e Abraham (2001) os achados com relação às práticas para perda de peso foram superiores ao da presente pesquisa, sendo que as mais citadas pelas professoras avaliadas foram: prática de exercícios físicos excessivamente (29%), uso de laxantes (19%), tabagismo (7%), indução de vômitos (22%) e uso de comprimidos para emagrecer (8%).

Em outra pesquisa australiana de Yager e O'Dea (2009), com professores de Educação Física, foi encontrado que 80% dos docentes escolhiam alimentos de baixa caloria, 59,3% procuravam manter-se ocupados para não pensar em comida e 40% “pulavam” refeições para emagrecer. Nesse estudo também foram notados comportamentos de riscos para TAs como indução de vômitos (13%) e uso de medicamentos para emagrecer (6,6%).

Um estudo brasileiro, realizado com mulheres paulistas, que avaliou a prática de dieta e crenças alimentares, mostrou que 88,8% das mulheres entrevistadas já

tinham tomado remédio para emagrecer, 64,7% já haviam utilizado laxantes para tentar perder peso como forma de “desintoxicar” o organismo e 23% já vomitaram para não engordar, sendo que aquelas mais insatisfeitas com o corpo buscavam ainda mais por essas práticas de controle de peso (CICCO et al., 2006).

As atitudes destacadas acima são consideradas comportamentos de risco para TAs. A magnitude desses comportamentos apontados pelas respostas obtidas no presente trabalho é importante, uma vez que esses comportamentos podem evoluir para síndromes completas, além de levarem a outros prejuízos à saúde e a consequências psicossociais nessas professoras.

O instrumento utilizado na presente pesquisa trouxe algumas afirmações/mensagens que as professoras diriam para os seus alunos entre 7 e 8 anos de idade que estivessem com excesso de peso. A grande maioria (96,4%) das docentes acreditava que se estas crianças bebessem água antes das refeições iriam acabar comendo menos e 80% acreditavam que as crianças deveriam evitar alimentos como chocolates e frituras. Dentre as mensagens mais preocupantes, 3,8% diriam aos alunos com excesso de peso que eles precisariam seguir uma dieta restrita, 1,9% que eles precisam perder 1-2kg por semana, 5,2% recomendariam uma dieta de 1200 kcal, 24,5% diriam para os alunos escolherem alimentos de baixo valor calórico, 5,7% recomendariam uma dieta líquida durante toda a semana e ainda, 1,9% aconselhariam os alunos a se pesar todos os dias.

As professoras estudadas nesta pesquisa que estavam mais insatisfeitas com a imagem corporal recomendavam significativamente menos que as crianças consumissem suplementos de vitaminas e minerais do que as professoras satisfeitas ( $p=0,040$ ).

Na pesquisa australiana de O’Dea e Abraham (2001) os resultados foram mais preocupantes. Dentre as professoras avaliadas, 29% diriam que os alunos deveriam se pesar todos os dias, 93% acreditavam que eles não poderiam comer chocolates e frituras, 44% recomendariam alimentos de baixo valor calórico e ainda 17% acreditavam que os alunos deveriam seguir uma dieta de 1200 kcal. As autoras destacaram a importância de tais achados e refletiram sobre o fato de que essas professoras poderiam, abertamente ou não, transferir algumas de suas crenças, atitudes e comportamentos inadequados para as crianças sob seus cuidados. As

professoras também poderiam agir indiretamente como modelos inapropriados que promovem o magro ideal feminino. As autoras sugeriram que essas professoras precisariam ser mais capacitadas para lidar com as preocupações de peso e imagem corporal mais do que outras mulheres da população em geral, precisando serem treinados especificamente para poder fazer isso da melhor maneira possível (O'DEA; ABRAHAM, 2001).

Por outro lado, um estudo norte-americano qualitativo, realizado por McCabe et al. (2007) com professores e mães de alunos da Educação Infantil, avaliou as mensagens transmitidas por estes sobre dieta, exercício físico e aparência. Os resultados mostraram que os docentes relataram que não tinham preocupação com as mudanças de peso das crianças, incentivavam os alunos a fazerem atividade física e só faziam comentários positivos sobre a aparência das crianças. No entanto, quando estes mesmos docentes foram questionados sobre o que eles gostavam em si mesmos, foram bastante críticos em relação a sua aparência física, demonstrando um alto nível de insatisfação com seus corpos. Não está claro se este nível de insatisfação foi transmitido às crianças, de forma indireta, através de seus comentários sobre alimentação e prática de atividade física mostrando a lacuna que existe para pesquisas futuras que devem estudar diretamente as crianças.

Considera-se que o professor é o membro central da equipe de saúde escolar pois, além de ter maior contato com os alunos, está envolvido na realidade social e cultural de cada criança e possui uma similaridade comunicativa (DAVANÇO et al., 2004). A infância representa o período no qual estão sendo estabelecidas as bases para comportamentos, incluindo os relativos à alimentação. Intervir precocemente neste processo de formação por meio de ações educativas pode influir positivamente na formação dos hábitos alimentares, contribuindo para o estabelecimento de comportamento alimentar saudável e, ainda, para uma atitude positiva diante da adoção do mesmo. Assim, a capacitação do professor primário para estimular a formação de hábitos alimentares saudáveis é o primeiro passo para a promoção da saúde da população, a curto, médio e longo prazo, no ambiente escolar (DUYN et al., 1998).

As crianças da atualidade têm maior probabilidade de aprender e seguir as atitudes e comportamentos dos professores sobre alimentação e controle do peso

(LEE, 2008). É fato que professores interagem de perto com as crianças e, direta e indiretamente, passam informações críticas, valores e normas culturais para eles (PIRAN, 2004).

Se um professor internaliza um certo peso ideal ou forma corporal, o docente pode passar essa atitude em relação ao peso para as crianças. Nesta visão, assim como os comentários verbais e comportamentos não verbais podem contribuir para a formação da imagem corporal das crianças, percepções erradas do peso das crianças, sua satisfação ou insatisfação com o peso, e suas atitudes em relação ao peso também podem ser passadas para as crianças. Dessa forma, é fundamental que os professores reconheçam sua importância no papel de percepção de peso das crianças e educandos de tal forma que promovam da maneira mais saudável possível essa percepção de peso e imagem corporal dos alunos (RA et al., 2016).

Embora sejam muito escassos os estudos com docentes, uma pesquisa realizada em Minnessota sobre crenças e atitudes em relação à obesidade de professores que trabalhavam com crianças e adolescentes mostrou que esses docentes acreditavam que os alunos obesos eram pessoas preguiçosas, altamente emotivas, desleixadas, assexuadas, sujas e sem controle (NEUMARK-SZTAINER et al., 1999).

Uma pesquisa brasileira, realizada em colégios estaduais do Rio de Janeiro, verificou a percepção dos professores com relação aos problemas enfrentados por alunos obesos no ambiente escolar e mostrou que os próprios docentes descreveram negativamente os alunos com excesso de peso como apáticos, desanimados, lentos, cansados, preguiçosos, distraídos, atrasados, calorentos, vagarosos e sem vontade mostrando que os professores muitas vezes atuam como agentes preconceituosos (COSTA et al., 2012).

A obesidade na infância e adolescência está muitas vezes atrelada a brincadeiras relacionadas ao peso, com efeitos deletérios na autoestima e satisfação corporal (MORGAN; CLAUDINO, 2005). Se os alunos percebem esse tipo de preconceito vindo dos professores e colegas, acabam se sentindo pressionados para emagrecer, principalmente aqueles com baixa confiança em si mesmos.

Estudo de coorte realizado por Patton e colaboradores (1999) observou 2032 adolescentes durante um ano e verificou que aqueles que faziam dietas restritivas tiveram um risco 18 vezes maior para o desenvolvimento de TAs.

Da mesma forma que os professores podem ser grandes incentivadores para os alunos, pensamentos errôneos e comportamentos inadequados em relação ao peso e alimentação de professores podem contribuir de maneira negativa para a vida dos discentes. É importante que o professor seja sensibilizado sobre a sua importância na vida dos alunos como transformador de realidade. Em um estudo que avaliou a eficácia de um programa educativo em nutrição para professores de escolas do Ensino Fundamental da rede pública da cidade de São Paulo, encontrou-se que no momento pós-intervenção os docentes se sentiram muito mais motivados e sensibilizados com o seu papel dentro desses projetos educativos (DAVANÇO et al., 2004).

Outro estudo realizado com meninas britânicas, no qual os professores devidamente treinados pelos pesquisadores fizeram uma intervenção com 90 minutos de duração sobre imagem corporal e autoestima, mostrou que após uma semana de intervenção foram notadas melhorias em relação ao controle de peso, restrição dietética e sintomas de TAs das estudantes. Essa pesquisa mostra o quanto os professores têm um papel positivo na vida dos alunos e podem realizar esses tipos de intervenções de forma eficaz com uma disseminação ampla e viável (DIEDRICHS et al., 2015).

Uma outra pesquisa britânica conduzida por Halliwell e colaboradores (2016) avaliou o impacto de aulas sobre imagem corporal conduzidas e elaboradas por professores para alunos de Ensino Fundamental I. Os estudantes foram divididos em grupo controle e intervenção. Os conteúdos trabalhados nas aulas envolveram temas como apreciação da diversidade da aparência, compreensão da influência da mídia e saber apreciar as partes mais bonitas do seu corpo. Houve melhora da autoestima dos alunos do grupo intervenção no momento pós-intervenção. Além do mais, notou-se melhora na imagem corporal das meninas. Este estudo mostrou que esse tipo de intervenção transmite benefícios para todos os alunos principalmente pelos conteúdos serem administrados por professores que são modelos e inspirações para os seus alunos.

Tendo em vista que a escola é um ambiente propício e com boas condições para desenvolver atividades educativas em geral, projetos e programas para promoção da saúde incluindo a prevenção de TAs, obesidade, a propagação de bons hábitos alimentares e o incentivo à prática de atividade física devem ser estimulados (REIS et al., 2011).

É importante que a escola e os professores saibam lidar com esses temas. Quando for trabalhar na prevenção da obesidade é importante fazer isso sem causar danos, isto é, sem estimular mais o estigma da obesidade e a insatisfação corporal que podem gerar comportamentos não saudáveis para perda de peso e comportamentos de risco para TAs (PATES et al., 2001). Já quando forem abordar especificamente o tema dos TAs, é importante não informar sobre os malefícios dos comportamentos de riscos (uso de laxantes, diuréticos, vômitos, controle de peso, prática excessiva de atividade física), pois tais práticas podem se tornar “atrativos” para os alunos (ROLLNICK et al., 2002). Da mesma forma quando forem falar de alimentação, os docentes não devem classificar os alimentos como “bons” ou “ruins”, pois isso contribuiu para aversão daqueles alimentos que contêm gorduras e carboidratos incentivando o consumo de uma dieta restritiva (RENISCOW et al., 2004).

Por fim, os professores que vão ensinar sobre controle de peso, TAs, obesidade e outras questões de imagem corporal precisam de um conhecimento preciso e mais aprofundado sobre tais doenças e sensibilidade à questões relacionadas ao peso de uma perspectiva pessoal e profissional. A fim de ensinar sobre o peso, imagem corporal, ou problemas de TAs e obesidade na sala de aula, os professores precisam de informações e treinamento para capacitá-los a desenvolver um bom conhecimento de alimentos e nutrição bem como crenças, atitudes e comportamentos adequados relacionados à imagem corporal e controle de peso.

## **6.5 Limitações do Estudo**

Referente às limitações deste estudo, a primeira consideração se refere ao próprio processo de amostragem que, sendo por conveniência e, portanto, não probabilística, devem ser generalizados com cautela. É importante relatar que houve dificuldade em conseguir que outras instituições de ensino permitissem a realização

deste estudo com seus docentes, para que pudéssemos ampliar a amostra desta pesquisa.

Além disso, nosso estudo foi limitado apenas à análise de dados de professoras de Educação Infantil e Ensino Fundamental I, portanto, é interessante que seja replicado com um número maior de amostra e mais diversificada, em escolas públicas e em outras cidades e regiões brasileiras.

Adicionalmente, muitas das docentes desistiram de participar do estudo quando souberam que seria necessário realizar a mensuração de peso corporal para o cálculo do IMC. Este fato é preocupante, pois revela o incômodo e a insatisfação que tais professoras poderiam apresentar com relação a sua imagem corporal e peso.

Infelizmente, não foi encontrado nenhum instrumento que pudesse verificar diretamente a transmissão das mensagens de professores para os alunos sobre nutrição, alimentação, imagem corporal, controle de peso, que garantisse que realmente esses alunos estariam sendo atingidos pelos comportamentos inadequados dos professores. Talvez métodos como gravação e filmagem direta pudessem, com análise de discurso, confirmar o que se observou no presente estudo.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Segundo nosso conhecimento, este é o primeiro estudo a ser realizado no Brasil, com o uso de instrumentos estruturados para tanto, que avaliou a satisfação da imagem corporal, influência da mídia e crenças, atitudes e conhecimentos relacionados ao controle de peso de professores.

Os resultados do presente estudo demonstraram uma alta prevalência de insatisfação corporal pelas professoras com grandes impactos da influência recebida pela mídia. Além disso, as docentes mostraram diversas atitudes agressivas ao seu corpo em relação ao controle de peso com comportamentos de risco para desenvolverem TAs.

Tais achados mostram a necessidade iminente de um trabalho junto a estas docentes, em busca de motivá-las, elevar sua autoestima e conscientizá-las sobre seus potenciais, não somente físicos e relacionados ao peso e imagem corporal, a fim de que as mesmas e suas mensagens não se tornem gatilhos para o desenvolvimento de TAs em seus alunos.

Conclui-se que professoras devem assumir esta responsabilidade e devem ter o máximo de atenção ao falar sobre os aspectos relacionados ao corpo, alimentação e dieta e jamais transmitir opiniões sobre insatisfação com o corpo ou ensinar práticas de controle de peso e/ou dietas para seus alunos.

Por fim, é importante que a escola trabalhe corretamente e com seriedade temas relacionados à imagem corporal, TAs, obesidade e alimentação de forma correta para que haja maior conhecimento sobre a prevalência dessas doenças, além da melhora da autoestima e saúde de seus alunos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRAHÃO, Érica Rondello. **Insatisfação corporal de adolescentes e mensagens enviadas por seus pais sobre alimentação e peso e sua associação com o índice de massa corporal**. São Paulo, 2015. 80 p. Dissertação de Mestrado em Nutrição apresentada ao Centro Universitário São Camilo.

ALVARENGA, Marle dos Santos et al. Influência da mídia em universitárias brasileiras de diferentes regiões. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.59, n.02, p.111-118, mar./jun. 2010a.

ALVARENGA, Marle dos Santos et al. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.59, n.1, p.44-51, 2010b.

ALVARENGA, Marle dos Santos; DUNKER, Karen Louise Lenz. Padrão e comportamento alimentar na anorexia e na bulimia nervosa. In: PHILIPPI, Sonia Tucunduva; ALVARENGA, Marle dos Santos. **Transtornos Alimentares: Uma visão nutricional**. São Paulo: Manole, 2004.

ALVES, Thiago; PINTO, José Marcelino Rezende. Remuneração e características do trabalho docente no Brasil: um aporte. **Cadernos de Pesquisa**, v.41, n.13, p.110-121, maio/ago. 2011.

AMARAL, Ana Carolina Soares et al. Equivalência semântica e avaliação da consistência interna da versão em português do Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 (SATAQ-3). **Cadernos de Saúde Pública**, v.27, n.8, p.1487-1497, jan./ago. 2011.

Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas – ABEP. **Critério de Classificação Econômica Brasil**. Disponível em: < <http://www.abep.org/criterio-brasil>>. Acesso em: 21 de Junho de 2016.

BELL, Beth T. et al. The impact of thin models in music videos on adolescent girls body dissatisfaction. **Body Image**, v.4, p.137-145, 2007.

BERTIN, Renata Labronici et al. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, v.28, n.3, p.303-308, set. 2010.

BEVILACQUA, Lidiane Amanda. **Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal e auto estima em mulheres ativas**. 2010. 123f. Dissertação (Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano) – Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria-RS, 2010.

BOOG, Maria Cristina Faber. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.23, n.6, p.1005-1017, nov./dez. 2010.

BOCCALETTO, Estela Marina Alves et al. Saúde dos Funcionários e Professores: Avaliação do Estado Nutricional e Composição Corporal. In: BOCCALETTO, Estela; VILARTA, Roberto (Orgs.). **Diagnóstico da Alimentação Saudável e Atividade Física em Escolas Municipais de Vinhedo/SP**. Campinas: Ipes Editorial, 2007. p. 41-48.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Antropometria e Estado Nutricional de Crianças, Adolescentes e Adultos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.

BRUCHON-SCHWEITZER, Marilou. **Une psychologie du corps**. Paris: Presses Universitaires de France. 1990.

CAFRI, Guy et al. The influence of sociocultural factors on body image: a meta-analysis. **Clinical Psychology: Science and Practice**, v.12, n.1, p.421-433, Dec. 2005.

CARVALHO, Pedro Henrique Berbert et al. Comparação Social, Insatisfação Corporal e Comportamento Alimentar em Jovens Adultos. **Interação Psicologia**, Curitiba, v. 20, n. 2, p. 219-225, maio/ago. 2016.

CASTELO-BRANCO, Maria do Céu A. S. Hall; PEREIRA, Anabela Maria de Sousa. A autoestima, a satisfação com a imagem corporal e o bem-estar docente. **Psicologia Educação e Cultura**, v.5, n.2, p.335-346, dez. 2001.

CICCO, Marina Fibi de et al. Imagem corporal, prática de dietas e crenças alimentares em adolescentes e adultas. **Psicologia Hospitalar**, v.4, n.1, jan. 2006.

COELHO, Elijane de Jesus Nantes; FAGUNDES, Tamir de Freitas. Imagem Corporal de mulheres de diferentes classes econômicas. **Motriz**, v.13, n.2, p.37-43, maio/ago. 2007.

COELHO, Fernanda Dias et al. Insatisfação corporal e influência da mídia em mulheres submetidas à cirurgia plástica. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, v.30, n.4, p.567-573, 2015.

COELHO, Helena Martins; PIRES, António Prazo. Relações familiares e comportamento alimentar. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.30, n.1, jan./mar. 2014.

CORSEUIL, Maruí Weber et al. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. **Revista da Educação Física/UEM**, v.20, n.1, p.25-31, 1º trim. 2009.

CÔRTEZ, Marcela Guimarães. **Escala de silhuetas e imagem corporal em adolescentes**: revisão sistemática, meta-análise e fatores associados no estudo saúde em Beagá. 2012. 117p. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Programa de Pós-Graduação em Saúde da Criança e do Adolescente. Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2012.

COSTA, Miguel Ataíde Pinto et al. Obesidade infantil e bullying: a ótica dos professores. **Educação e Pesquisa**, v. 38, n. 03, p. 653-665, jul./set. 2012.

DAMASCENO, Vinícius Oliveira et al. Imagem corporal e corpo ideal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.14, n.2, p.81-94, 2005.

DAMIANO, Stephanie R. et al. Relationships between body size attitudes and body image of 4-year-old boys and girls, and attitudes of their fathers and mothers. **Journal of Eating Disorders**, v.3, n.16, 2015.

DAVANÇO, Giovana Mochi et al. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional. **Revista de Nutrição**, v.17, n.2, abr./jun. 2004.

DUYN, Mary Ann S. Van et al. Use of the transtheoretical model of change to successfully predict fruit and vegetable consumption. **Journal of Nutrition Education**, v.30, n.6, p.371-380, Nov. 1998.

GILBERT-DIAMOND, Diane et al. Correlates of obesity and body image in colombian woman. **Journal of Women's Health**, v.18, n.8, 2009.

DIEDRICHS, Phillipa C. et al. Effectiveness of a brief school-based body image intervention '*Dove Confident Me: Single Session*' when delivered by teachers and

researchers: Results from a cluster randomised controlled trial. **Behaviour Research and Therapy**, v.74, n.1, p.94-104, Nov. 2015.

DITAMAR, Helga. Vulnerability factors and processes linking sociocultural pressures and body dissatisfaction. **Journal of Social and Clinical Psychology**, v.24, p.1081-1087, Dec. 2005.

DUNKER, Karen Louise Lenz et al. Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.58, n.3, p.156-161, 2009.

DUNKER, Karen Louise Lenz et al. Nutrição Comportamental na prevenção conjunta de obesidade e comer transtornado. In: ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição Comportamental**. São Paulo: Manole, 2015. p.445-464.

EDDY, Kamryn T. et al. Eating pathology in East African women – the role of media exposure and globalization. **The Journal of Nervous and Mental Disease**, v.195, n.3, p.196-202, Mar. 2007.

FERNANDEZ, Patrícia Martins; SILVA, Denise Oliveira. Descrição das noções conceituais sobre os grupos alimentares por professores de 1<sup>a</sup> a 4<sup>a</sup> série: a necessidade de atualização dos conceitos. **Ciência e Educação**, v.14, n.3, 2008.

FERREIRA, Ana Carolina Reis et al. Percepção da imagem corporal em escolares de 06 a 10 anos de idade da cidade de Uberlândia-MG. **E-RAC**, v.4, n.1, 2014.

FIELD, Andy. **Descobrendo a estatística usando o SPSS**. 2a ed. Porto Alegre: Artmed; 2009.

FILARDO, Ronaldo Domingues; LEITE, Neiva. Perfil dos indivíduos que iniciam programas de exercícios em academias, quanto à composição corporal e aos objetivos em relação à faixa etária e sexo. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.7, n.2, p.57-61, mar./abr. 2011.

FLAMENT, Martine F. et al. Internalization of the thin and muscular body ideal and disordered eating in adolescence: The mediation effects of body esteem. **Body Image**, v.9, n.1, p. 68-75, 2012.

FLEITLICH, Bacy W. O papel da imagem corporal e os riscos de transtornos alimentares. **Pediatria Moderna**. São Paulo, v.32, p.56-62, 1997.

FRÓIS, Érica Silva et al. Mídias e a imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. **Psicologia em Estudo**. Maringá, v. 16, n. 1, p. 71-77, 2011.

FRÓIS, Érica Silva; MOREIRA, Jaqueline de Oliveira. A Imagem Corporal na Criança e as Novidades do Brincar pela Internet: um Ensaio Teórico. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**. São João Del Rei, v.5, n.2, ago./dez. 2010.

GATTI, Raquel Rosalva; NOVELLO, Daiana. Relações entre o conhecimento de professores sobre educação nutricional e estado nutricional de escolares. **Revista Uniabeu**, v.8, n.18, p.276- 290, jan./abr. 2015.

GONÇALVES, Juliana de Abreu et al. Transtornos alimentares na infância e na adolescência. **Revista Brasileira de Pediatria**. São Paulo, v.31, n.1, jan./mar. 2013.

GONDOLI, Dawn M. et al. Heterosocial involvement, peer pressure for thinness, and body dissatisfaction among young adolescent girls. **Body Image**, v.8, n.2, p.143-148, Mar. 2011.

GRAUP, Susane et al. Associação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos de escolares. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.22, n.2, p.129-138, abr./jun. 2008.

GRECO, Musso Garcia. **Declinações da dismorfofobia**: estudo psicanalítico da distorção da imagem corporal. 2010. 287f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2010.

GROEZ, Lisa M. et al. The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: a meta-analytic review. **International Journal of Eating Disorder**, v.31, n.1, p.10-16, Jan. 2002.

GROSS, Romaine M.; NELSON, Eileen S. Perceptions of parental messages regarding eating and weight and their impact on disordered eating. **Journal of College Student Psychotherapy**, v.15, n.1. p.57–78, Maio. 2000.

HALLIWELL, Emma et al. Body Image in Primary Schools: A pilot evaluation of a primary school intervention program designed by teachers to improve children's body satisfaction. **Body Image**, v.19, n.1, p.133-141, Dec. 2016.

HARRIGER, Jennifer A. et al. Body size stereotyping and internalization of the thin ideal in preschool girls. **Sex Roles**, v.63, n. 9, p.609-620, Nov. 2010.

HUNT, Thomas J.; THIENHAUS, Ole; ELWOOD, Amy. The mirror lies: body dysmorphic disorder. **American Family Physician**, v.78, n.2, p.217-222, Jul. 2008.

JONES, Diane Carlson et al. Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: an examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. **Journal of Adolescent Research**, v.19, n.3, p.323-339, May 2004.

JONGENELIS, Michelle I. et al. Self-objectification, body image disturbance, and eating disorder symptoms in young Australian children. **Body Image**, v.11, p. 290-302, Jun. 2014.

KACHANI, Adriana Trejger. **Checagem do corpo em transtornos alimentares: relação entre comportamentos e cognições**. 2012. 210f. Tese (Doutorado em Ciências) – Programa de Pós-Graduação em Fisiopatologia Experimental. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

KAKESHITA, Idalina Shiraishi et al. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.25, n.2, p.263-270, abr./jun. 2009.

LEE, S.J. Health perception level and health promoting behavior analysis of child care teacher. **Korean Journal of Young Child Studies**, v.11, n.1, p.11-19, 2008.

LEONHARD, Margaret L.; BARRY, Norman J. Body image and obesity: effects of gender and weight on perceptual measures of body image. **Addictive Behaviors**, v.23, n.1, p.31-4, Jan./Feb. 1998.

LOHMAN, Timothy G. **Advances in Body Composition Assessment: Current Issues in Exercise Science**. Monograph 3. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers. 1992.

MADANAT, Hala N. et al. Validation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3 among a random sample of Jordanian women. **Body Image**, v.3, n.4, p.421-425, Dec. 2006.

MADRUGA, Samanta W. et al. Factors associated with weight loss dieting among adolescents: the 11-year follow-up of the 1993 Pelotas (Brazil) birth cohort study. **Caderno de Saúde Pública**, v.26, n.10, p.1912-1920, out. 2010.

MARTINEZ-GONZALEZ, Miguel Angel et al. Parental factors, mass media influences, and the onset of eating disorders in a prospective population-based cohort. **Pediatrics**, v.111, n.1, p.315-320, Feb. 2003.

MATARUNA, Leonardo. Imagem corporal: noções e definições. **Efdesportes**. Buenos Aires, v.10, n.71, abr. 2004.

MCCABE, Marita P. et al. Where Is All the Pressure Coming From? Messages From Mothers and Teachers About Preschool Children's Appearance, Diet and Exercise. **European Eating Disorders Review**, v.15, p.221-230, May/Jun. 2007.

MCVEY, Gail L., TWEED, Stacey, & FERRARI, Manuela. The role of teachers in the prevention of eating disorders: Findings from a school-based prevention program. **Eating Disorder Research Society**, Annual Meeting, Toronto, Ontario, 2005.

MIDLARSKY, Elizabeth; NITZBURG, George. Eating Disorders in Middle-Aged Women. **The Journal of General Psychology**, v.135, n.4, p.393-407, 2010.

MIRANDA, Valter Paulo Neves et al. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.61, n.1, p.25-32, 2012.

MORGAN, Cristina Marcondes; CLAUDINO, Angélica de Medeiros. Epidemiologia e etiologia. In: CLAUDINO, Angélica de Medeiros; ZANELLA, Maria Tereza. **Transtornos Alimentares e Obesidade**. São Paulo: Manole, 2005.

NACIF, Maria de Araújo Leite; VIEBIG, Renata Furlan. **Avaliação antropométrica nos ciclos da vida: uma revisão prática**. São Paulo: Editora Metha, 2007.

NEIGHBORS, Lori A.; SOBAL, Jeffery. Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. **Eating Behavior**, v.8, n.1, p.429-39, Dec. 2007.

NEUMARK-SZTAINER, Dianne et al. Perceptions of Secondary School Staff Toward the Implementation of School-Based Activities to Prevent Weight-Related Disorders: A

Needs Assessment. **American Journal of Health Promotion**, v.13, n.3, p.153-156, Jan./Feb. 1999.

NICOLA, Mônica. **Psicomotricidade**: Manual Básico. Rio de Janeiro: Revinter, 2004.

NORUSIS, Marija J. **SPSS for Windows**: Advanced Statistics, release 6.0. Chicago, IL: SPSS Inc., 1993.

NOVAES, Joana de Vilhena; IANNELLI, Adriana Machado. A dimensão simbólica do corpo e o fenômeno social da corpolatria. **Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins**, v.2, n.01, p.176-189, jul./dez. 2015.

NUNES, Maria Angélica et al. Distúrbio da conduta alimentar: considerações sobre o Teste de Atitudes Alimentares (EAT). **Revista ABP-APAL**, v.16, n.1, p.7-10, jan./mar. 1994.

O'BRIEN, Kerry; HUNTER, John. Body esteem and eating behaviours in female physical education students. **Eating and Weight Disorders**, v.11, n. 2, p.57-60, Jun. 2006.

O'DEA, Jennifer A.; ABRAHAM, Suzanne. Knowledge, beliefs, attitudes and behaviors related to weight control, eating disorders, and body image in Australian trainee home economics and physical education teachers. **Journal of Nutrition Education**, v.33, n.6, p.332-340, Nov./Dec. 2001.

OGDEN, Cynthia L. et al. Prevalence of overweight and obesity in the United States, 1999-2004. **JAMA**, v.295, n.13, p.1549-1555, Apr. 2006.

OLIVEIRA, Amanda Gois et al. Perfil nutricional e percepção da imagem corporal de escolares adolescentes de Itabaiana-SE. **Encontro: Revista de Psicologia**, v.16, n.25, p.55-66, dez. 2013.

O'RIORDAN, Siobhan S, ZAMBOANGA, Byron L. Aspects of the media and their relevance to bulimic attitudes and tendencies among female college students. **Eating Behavior**, v.9, n.2, p.247-250, Apr. 2008.

ORTEGA, Rosa Maria et al. Estimated energy balance in female university students: differences with respect to body mass index and concern about body weight. **International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders**, v.20, n.12, p.1127-1139, 1996.

PALMA, Alexandre et al. Insatisfação com o peso e a massa corporal em estudantes do ensino fundamental e médio do sexo feminino no município do Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**. Porto Alegre, v.35, n.1, p.51-64, jan./mar. 2013.

PATES, John et al. The effects of hypnosis on flow state and golf-putting performance. **Journal of Applied Sport Psychology**, v.13, n.1, p.341-354, 2001.

PATTON, George et al. Onset of adolescent eating disorders: population based cohort study over 3 years. **BMJ**, v.318, p.765-778, Mar. 1999.

PFEIFER, Luiza Iara; ANHÃO, Patrícia Páfaro Gomes. Noção corporal de crianças pré-escolares: uma proposta psicomotora. **Revista do NUFEN**. São Paulo, v.1, n.1, p.155-170, ago. 2009.

PIRAN, Niva. Prevention series. Eating Disorders: **The Journal of Treatment & Prevention**, v. 12, n.1, p. 1-9, 2004.

POLIVY, Janet; HERMAN, C. Peter. An evolutionary perspective on dieting. **Appetite**, v.47, n.1, p.30-35, Jul. 2006.

POLTRONIERE, Taiara Scopel et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do sul do Brasil. **Ciência e Saúde**, v.9, n.3, p.128-134, set./dez. 2016.

PRASS, Paula Betina Bock de; OLIVEIRA, Wagner de Souza. A Interface da Autoavaliação em Saúde dos Professores e seu Preparo para Abordagem do Tema na Escola. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v.19, n.2, p.45-52, 2015.

RA, Jin Suk et al. Teachers' Influence on Weight Perceptions in Preschool Children. **Applied Nursing Research**, v.10, n.2, 2016.

RECH, Cassiano Ricardo et al. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v.24, n.02, p.285-292, abr./jun. 2010.

REIS, Caio Eduardo G., et al. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil. **Revista Paulista de Pediatria**, v.29, n.4, p.625-633, 2011.

RENISCOW, Ken et al. Body and soul: a dietary intervention conducted through African-American churches. **American Journal of Preventive Medicine**, v.27, n.1, p.97-105, Aug. 2004.

ROCHA, Vera Maria da; FERNANDES, Marcos Henrique. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção de saúde do trabalhador. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.57, n.1, p.23-7, 2008.

RODGERS, Rachel et al. An exploration of the tripartite influence model of body dissatisfaction and disordered eating among Australian and French college women. **Body image**, v.8, n.3, p.208-215, Jun. 2011.

RODIN, Judith et al. Women and weight: a normative discontent. In: SONDEREGGER Theo B.; ANASTASI, Anne. (Eds.). **Psychology and gender**. Lincoln, NE: University of Nebraska Press, 1985, p. 245-307.

ROLLNICK, Stephen et al. **Health behavior change: a guide for practitioners**. London: Churchill Livingstone, 2002.

SANTOS, Dyandra Loureiro Caron dos, et al. Avaliação nutricional e estilo de vida de educadoras de uma escola do município de São Paulo. **O Mundo da Saúde**. São Paulo: v.35, n.4, p. 454-458, 2011.

SANTOS, Elizabeth Moreira; SERRA, Giane Moliari Amaral. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.8, n.3, p.691-701, 2003.

SANTOS, Verônica Moura; MEZZARROBA, Cristiano. A percepção da imagem corporal: algumas representações de corpo na juventude. **EFDeportes Revista Digital**, v.18, n.182, jul. 2013.

SANTOS, Marcio Neres dos; MARQUES, Alexandre Carriconde. Condições de saúde, estilo de vida e características de trabalho de professores de uma cidade do sul do Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.18, n.3, p.837-846, jan./mar. 2013.

SCAGLIUSI, Fernanda Baeza et al. Insatisfação corporal, prática de dietas e comportamentos de risco para transtornos alimentares em mães residentes em Santos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, n.3, p.159-167, 2012.

SCAGLIUSI, Fernanda Baeza; LOURENÇO, Bárbara Hatzlhoffer. A ditadura da beleza e suas consequências no discurso nutricional. In: ALVARENGA, Marle; SCAGLIUSI, Fernanda Baeza; PHILIPPI, Sonia Tucunduva. **Nutrição e transtornos alimentares: avaliação e tratamento**. Barueri, SP: Manole; 2011. p. 59-84.

SCHERER, Fabiana Cristina et al. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. Rio de Janeiro, v.59, n.3, p.198-202, 2010.

SCHILDER, Paul. **A imagem e o corpo** – as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

SCHIMITZ, Bethsáida de Abreu Soares et al. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Caderno de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 24, p.312-323, 2008.

SHROFF, Hemal; THOMPSON, J. Kevin. Body image and eating disturbance in India: media and interpersonal influences. **International Journal of Eating Disorders**, v.35, n.1, p.198-203, Mar. 2004.

SILVA, Diana et al. Avaliação da insatisfação corporal e da auto-estima em crianças e adolescentes com diagnóstico de obesidade vs uma comunidade escolar. **Revista portuguesa de endocrinologia, diabetes e metabolismo**, v.01, n.01, p.24-31, 2009.

SIMÃO, Cristina Branco et al. Atividade física habitual, hábitos alimentares e prevalência de sobrepeso e obesidade em universitários da universidade do planalto catarinense - UNIPLAC, Lages – SC. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v.11, n.1, p.3-12, 2006.

SIQUEIRA, Denise da Costa Oliveira; FARIA, Aline Almeida de. Corpo, saúde e beleza: representações sociais nas revistas femininas. **Comunicação, mídia e consume**. São Paulo, v.4, n.9, p.181-188, mar. 2007.

SLATER, Amy; TIGGEMANN, Marika. Little girls in a grown up world: Exposure to sexualized media, internalization of sexualization messages, and body image in 6–9 year-old girls. **Body Image**, v.18, p.19-22, Sep. 2016.

Smolak, Linda et al. Teachers: The forgotten influence on the success of prevention programs. **Eating Disorders**, v.9, p.261–266, Out. 2001.

SOUSA, Arilson Fernandes Mendonça de. **Nível de conhecimento e atitudes dos professores de escolas públicas de Santa Maria – Distrito Federal sobre atividade física, nutrição e promoção de saúde**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). 89f. Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade de Brasília. Brasília, DF, 2010.

STADLER, Amanda Finger. **Tradução e validação de um questionário de saúde bucal a médicos obstetras e residentes em obstetrícia**. Dissertação (Mestrado em Saúde Bucal durante a Infância e Adolescência). 113f. Programa de Pós-Graduação em Odontologia da Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2011.

TAVARES, Maria da Conceição G. Cunha F. **Imagem corporal: conceito e desenvolvimento**. São Paulo: Manole, 2003. 152p.

TEIXEIRA, Maria D., et al. Eating behaviors, body image, perfectionism, and self-esteem in a sample of Portuguese girls. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.38, n.2, p.135-140, 2016.

THIESEN, Juarez da Silva. A interdisciplinaridade como movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. **Revista Brasileira de Educação**. Rio de Janeiro, v. 13, n. 33, p.545-48, set./dez. 2008.

THOMPSON, J. Kevin et al. Body image, social comparison, and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. **International Journal of Eating Disorders**, v.26, n.1, p. 43-51, 2004a.

THOMPSON, J. Kevin et al. The sociocultural attitudes towards appearance scale-3 (SATAQ-3): development and validation. **International Journal of Eating Disorders**, v.35, n.1, p.293-304, 2004b.

TRICHES, Rozane Marcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Insatisfação corporal de escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas, v.20, n.02, p.119-128, mar./abr. 2007.

TUCKER, Larry. Dimensionality and factor satisfaction of the body image construct: a gender comparison. **Sex Roles**, v.12, n.10, p.931-937, 1985.

VASCONCELOS, Maria Olga Fernandes. **A imagem corporal no período peripubertário** - Comparação de três grupos étnicos numa perspectiva biocultural. Dissertação de Doutorado. Porto: Universidade do Porto, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, 1995. Não publicada.

VEDOVATO, Tatiana Giovanelli; MONTEIRO, Maria Inês. Perfil sociodemográfico e condições de saúde e trabalho dos professores de nove escolas estaduais paulistas. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. São Paulo, v.42, n.2, jun. 2008.

WILKSCH, Simon M., et al. Impact of interactive school-based media literacy lessons for reducing internalization of media ideals in young adolescent girls and boys. **International Journal of Eating Disorders**, v.39, n.5, p.385-393, Jul. 2006.

WHO Consultation on Obesity. **Obesity – Preventing and managing the global epidemic**: report of a WHO Consultation. Geneva; 1995.

YAGER, Zali; O'DEA, Jennifer A. The role of teachers and other educators in the prevention of eating disorders and child obesity: what are the issues? **Eating Disorders**, v.13, .03, p.261-278, May/Jun. 2005.

YAGER, Zali; O'DEA, Jennifer A. Body image, dieting and disordered eating and activity practices among teacher trainees: implications for school-based health education and obesity prevention programs. **Health Education Research**, v.24, n.3, p.472-482, Jun. 2009.

**ANEXO A – Carta convite para os colégios****CARTA DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE PARA  
REALIZAÇÃO DA PESQUISA**

O “Colégio Liceu Coração de Jesus” na condição de instituição co-participante do estudo autoriza a coleta de dados referente ao projeto de pesquisa intitulado: A imagem corporal e influências socioculturais de professores: implicações para prevenção de transtorno alimentar e obesidade em crianças” de responsabilidade do pesquisador “Mariana Gori” que está vinculado ao Centro Universitário São Camilo-SP (Instituição Proponente), mediante a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa.

Esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutado, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

P. Douglas Verdi  
RG 33.125.029-9/SP  
Diretor

\_\_\_\_\_  
Nome do responsável institucional

*Diretor*

\_\_\_\_\_  
Cargo do responsável institucional

*[Assinatura]*  
\_\_\_\_\_  
Assinatura e carimbo do responsável institucional

DATA 20/04/16

## CARTA DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA

O “ Colégio Salesiano Instituto Madre Mazzarello” na condição de instituição co-participante do estudo autoriza a coleta de dados referente ao projeto de pesquisa intitulado: A imagem corporal e influências socioculturais de professores: implicações para prevenção de transtorno alimentar e obesidade em crianças” de responsabilidade do pesquisador “Marian Gori” que está vinculado ao Centro Universitário São Camilo-SP (Instituição Proponente), mediante a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa.

Esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutado, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Bernadete L. Vilella Castro

Nome do responsável institucional

Diretora Pedagógica

Cargo do responsável institucional

Bfask

Assinatura e carimbo do responsável institucional

*Bernadete L. Vilella Castro*  
Diretora - MEC 33.546  
RG: 5.114.049

DATA 20/04/16

**CARTA DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE PARA  
REALIZAÇÃO DA PESQUISA**

O " Colégio Salesiano Santa Teresinha" na condição de instituição co-participante do estudo autoriza a coleta de dados referente ao projeto de pesquisa intitulado: A imagem corporal e influências socioculturais de professores: implicações para prevenção de transtorno alimentar e obesidade em crianças" de responsabilidade do pesquisador "Mariana Gori" que está vinculado ao Centro Universitário São Camilo-SP (Instituição Proponente), mediante a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa.

Esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutado, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

P. Douglas Verdi  
RG 33.125.029-9/SP  
Diretor

\_\_\_\_\_  
Nome do responsável institucional

*Diretor*

\_\_\_\_\_  
Cargo do responsável institucional

x \_\_\_\_\_  
Assinatura e carimbo do responsável institucional

DATA 20/04/16

## CARTA DE AUTORIZAÇÃO DA INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE PARA REALIZAÇÃO DA PESQUISA

O “ Colégio Padre Moye” na condição de instituição co-participante do estudo autoriza a coleta de dados referente ao projeto de pesquisa intitulado: A imagem corporal e influências socioculturais de professores: implicações para prevenção de transtorno alimentar e obesidade em crianças” de responsabilidade do pesquisador “Mariana Gori” que está vinculado ao Centro Universitário São Camilo-SP (Instituição Proponente), mediante a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa.

Esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutado, dispondo de infra-estrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

*Maria Cecilia de Campos Vergal Colella*  
Nome do responsável institucional

*Direção*  
Cargo do responsável institucional

*Maria Cecilia de Campos Vergal Colella*  
Assinatura e carimbo do responsável institucional

DATA 13 / 11 / 2016

**MARIA CECILIA C. V. COLELLA**  
Diretora  
RG: 4.395.462-5

<p>CPM - COLÉGIO PADRE MOYE</p> <p>CNPJ: 60.450.418/0004-75</p> <p>INSCRIÇÃO: ISENTO</p> <p>AV. DEP. EMILIO CARLOS, 318</p> <p>CEP: 02720-000 - SÃO PAULO - SP</p>
--

## ANEXO B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido TCLE



### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO AO SUJEITO DA PESQUISA

Gostaríamos de convidá-lo a participar do projeto de pesquisa “Imagem corporal e influências socioculturais de professores: implicações para prevenção de transtorno alimentar e obesidade em crianças”, que se propõe a imagem corporal de professores por meio da avaliação nutricional (peso, estatura e percentual de gordura) e aplicação de um teste de uma escala de Silhuetas e um questionário de atitudes socioculturais em relação à mídia e aparência. Os instrumentos de avaliação serão aplicados pelo Pesquisador Responsável e tanto os instrumentos de coleta de dados quanto o contato interpessoal oferecem riscos mínimos aos participantes.

Em qualquer etapa do estudo você terá acesso ao Pesquisador Responsável para o esclarecimento de eventuais dúvidas (no endereço abaixo), e terá o direito de retirar a permissão para participar do estudo a qualquer momento, sem qualquer penalidade ou prejuízo. As informações coletadas serão analisadas em conjunto com a de outros participantes e será garantido o sigilo, a privacidade e a confidencialidade das questões respondidas, sendo resguardado o nome dos participantes (apenas o Pesquisador Responsável terá acesso a essa informação), bem como a identificação do local da coleta de dados.

Caso você tenha alguma consideração ou dúvida sobre os aspectos éticos da pesquisa, poderá entrar em contato com o **Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário São Camilo** – Rua Raul Pompéia, 144 – Bloco C – Pompéia. Desde já agradecemos a sua colaboração.

Declaro que li e entendi os objetivos deste estudo, e que as dúvidas que tive foram esclarecidas pelo Pesquisador Responsável. Estou ciente que a participação é voluntária, e que, a qualquer momento tenho o direito de obter outros esclarecimentos sobre a pesquisa e de retirar a permissão para participar da mesma, sem qualquer penalidade ou prejuízo.

Nome do Responsável pelo Sujeito de Pesquisa: \_\_\_\_\_

Assinatura do Responsável pelo Sujeito de Pesquisa: \_\_\_\_\_

Declaro que expliquei ao Responsável pelo Sujeito de Pesquisa os procedimentos a serem realizados neste estudo, seus eventuais riscos/desconfortos, possibilidade de retirar-se da pesquisa sem qualquer penalidade ou prejuízo, assim como esclareci as dúvidas apresentadas.

São Paulo, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2016.

---

Mariana Gori  
11-97297-3883

**ANEXO C – Questionário de características sociodemográficas**

Nome completo: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ anos                      Formação: \_\_\_\_\_

Nome(s) da(s) disciplina(s) que leciona: \_\_\_\_\_

Tempo de profissão: \_\_\_\_\_

Salas que ministra aulas: \_\_\_\_\_

Trabalha em mais de uma escola? (    ) Sim    (    ) Não

Tem filhos? (    ) Sim    (    ) Não

## ANEXO D – Critério de Classificação Econômica Brasil



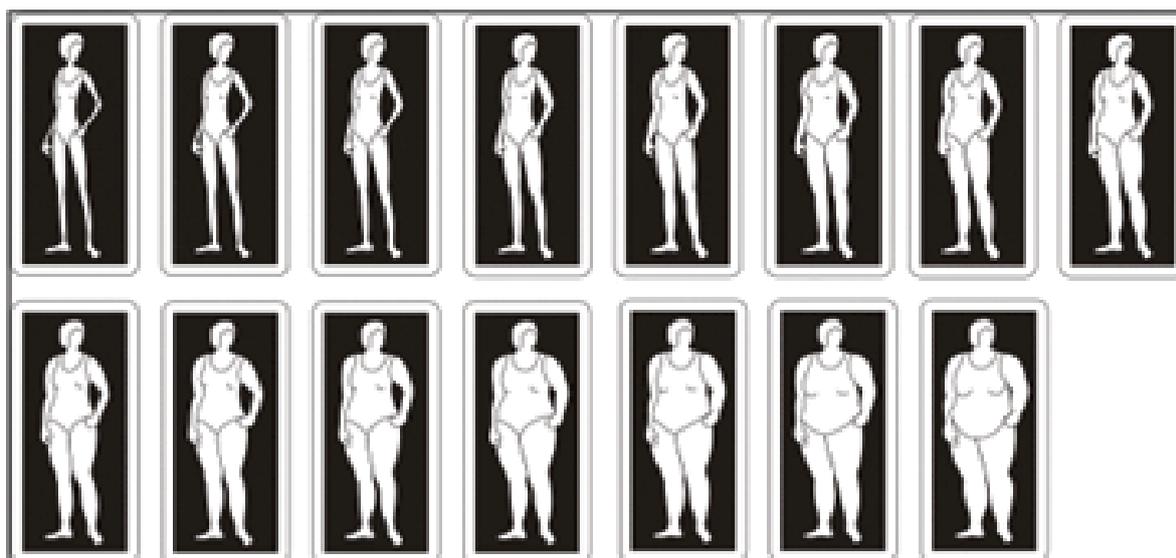
ITENS DE CONFORTO	NÃO POSSUI	QUANTIDADE QUE POSSUI			
		1	2	3	4+
Quantidade de automóveis de passeio exclusivamente para uso particular					
Quantidade de empregados mensalistas, considerando apenas os que trabalham pelo menos cinco dias por semana					
Quantidade de máquinas de lavar roupa, excluindo tanquinho					
Quantidade de banheiros					
DVD, incluindo qualquer dispositivo que leia DVD e desconsiderando DVD de automóvel					
Quantidade de geladeiras					
Quantidade de <i>freezers</i> independentes ou parte da geladeira duplex					
Quantidade de microcomputadores, considerando computadores de mesa, laptops, notebooks e netbooks e desconsiderando tablets, palms ou smartphones					
Quantidade de lavadora de louças					
Quantidade de fornos de micro-ondas					
Quantidade de motocicletas, desconsiderando as usadas exclusivamente para uso profissional					
Quantidade de máquinas secadoras de roupas, considerando lava e seca					

### Grau de instrução do chefe de família e acesso a serviços públicos

Escolaridade da pessoa de referência	
Analfabeto / Fundamental I incompleto	0
Fundamental I completo / Fundamental II incompleto	1
Fundamental II completo / Médio incompleto	2
Médio completo / Superior incompleto	4
Superior completo	7
Serviços públicos	
	Não                      Sim
Água encanada	0                      4
Rua pavimentada	0                      2

**ANEXO E – Escala de Silhuetas para Adultos**

CENTRO UNIVERSITÁRIO  
SÃO CAMILO



## ANEXO F – Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência (SATAQ - 3)



Por favor, leia cada um dos itens abaixo, cuidadosamente, e indique o número que melhor reflete o quanto você concorda com a afirmação.

**Discordo totalmente = 1**

**Discordo em grande parte = 2**

**Nem concordo nem discordo = 3**

**Concordo em grande parte = 4**

**Concordo totalmente = 5**

Pergunta	1	2	3	4	5
1. Programas de TV são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
2. Já me senti pressionado(a) pela TV ou por revistas a perder peso.					
3. Não me importo se meu corpo se parece com os de pessoas que estão na TV.					
4. Comparo meu corpo com os de pessoas que estão na TV.					
5. Comerciais de TV são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
6. <i>PARA MULHERES:</i> Não me sinto pressionada pela TV ou pelas revistas a ficar bonita. <i>PARA HOMENS:</i> Não me sinto pressionado pela TV ou pelas revistas a ficar musculoso.					
7. Gostaria que meu corpo fosse parecido com os dos(as) modelos das revistas.					
8. Comparo minha aparência com a das estrelas de TV e do cinema.					
9. Videoclipes não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
10. <i>PARA MULHERES:</i> Já me senti pressionada pela TV ou pelas revistas a ser magra. <i>PARA HOMENS:</i> Já me senti pressionado pela TV ou pelas revistas a ser musculoso.					
11. Gostaria que meu corpo fosse parecido com os dos(as) modelos dos filmes.					
12. Não comparo meu corpo com os das pessoas das revistas.					
13. Artigos de revistas não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
14. Já me senti pressionado(a) pela TV ou pelas revistas a ter um corpo perfeito.					
15. Gostaria de me parecer com os(as) modelos dos videoclipes.					
16. Comparo minha aparência com a das pessoas das revistas.					
17. Anúncios em revistas são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
18. Já me senti pressionado(a) pela TV ou por revistas a fazer dieta.					
19. Não desejo ser tão atlético(a) quanto as pessoas das revistas.					
20. Comparo meu corpo ao das pessoas em boa forma.					
21. Fotos de revistas são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
22. Já me senti pressionado(a) pela TV ou pelas revistas a praticar exercícios.					
23. Gostaria de ter uma aparência tão atlética quanto a das estrelas do esporte.					
24. Comparo meu corpo com o de pessoas atléticas.					
25. Filmes são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
26. Já me senti pressionado(a) pela TV ou pelas revistas a mudar minha aparência.					
27. Não tento me parecer com as pessoas da TV.					
28. Estrelas de cinema não são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
29. Pessoas famosas são importantes fontes de informação sobre moda e sobre "como ser atraente".					
30. Tento me parecer com atletas.					

**ANEXO G – Questionário traduzido para professores sobre conhecimento, crenças, atitudes e comportamentos relacionados ao controle de peso de professores**



3.	Nos dias da semana (circule uma resposta)	SIM	NÃO
3.1	Você normalmente toma café da manhã?	1	2
3.2	Você normalmente come ou bebe alguma coisa no lanche da manhã?	1	2
3.3	Você normalmente almoça?	1	2
3.4	Você normalmente come ou bebe alguma coisa no lanche da tarde?	1	2
3.5	Você normalmente janta?	1	2
3.6	Você normalmente come ou bebe alguma coisa no lanche da noite?	1	2

4.	Você faz dieta para perder peso?	SIM	NÃO
		1	2

5.	Você faz dieta para ganhar peso?	SIM	NÃO
		1	2

6.	Você se acha:	Muito magro	Dentro do normal	Muito gordo
		1	2	3

7.	O quão adequadamente essas afirmações descrevem você?	SIM	NÃO
7.1	Eu como mais quando estou entediado ou chateado	1	2
7.2	Eu tomo comprimidos polivitamínicos	1	2
7.3	Atualmente eu estou tentando perder peso	1	2
7.4	Atualmente eu estou tentando ganhar peso	1	2
7.5	Atualmente estou tentando definir o meu corpo	1	2
7.6	Eu tenho bons hábitos alimentares	1	2
7.7	Eu sinto que eu deveria desenvolver meus músculos	1	2
7.8	Eu preciso definir o meu corpo	1	2
7.9	Eu preciso fazer mais exercícios	1	2
7.10	Atualmente eu estou tentando entrar em forma	1	2
7.11	As pessoas me dizem que eu devo perder peso. Se sim, quem? _____	1	2
7.12	As pessoas me dizem que eu devo ganhar peso. Se sim, quem? _____	1	2

7.13	As pessoas me dizem que eu devo definir o meu corpo Se sim, quem? _____	1	2
7.14	As pessoas me dizem que eu devo fazer mais exercícios Se sim, quem? _____	1	2
7.15	As pessoas me dizem que eu faço muito exercício Se sim, quem? _____	1	2
7.16	As pessoas me dizem que eu não como o suficiente Se sim, quem? _____	1	2
7.17	As pessoas me dizem que eu como demais Se sim, quem? _____	1	2

8.	Essas são maneiras que pelas quais as pessoas tentam perder peso ou prevenir o ganho de peso. Você usou alguns desses métodos nos últimos 12 meses?	SIM	NÃO
8.1	Não comer entre as principais refeições	1	2
8.2	Evitar/Pular refeições	1	2
8.3	Seguir sua própria dieta	1	2
8.4	Seguir dietas de revistas ou outras dietas	1	2
8.5	Se exercitar	1	2
8.6	Se exercitar excessivamente (mais do que 2 horas/dia não relacionadas à atuação profissional – como educadores físicos ou atletas, por exemplo)	1	2
8.7	Escolher alimentos de baixas calorias	1	2
8.8	Manter-se ocupado	1	2
8.9	Tornar-se vegetariano	1	2
8.10	Beber água antes das refeições	1	2
8.11	Jejuar	1	2
8.12	Evitar situações nas quais haverá comida	1	2
8.13	Aproveitar situações de doença para evitar se alimentar	1	2
8.14	Usar laxantes naturais como ameixas, farelo de trigo, etc.	1	2
8.15	Usar laxantes	1	2
8.16	Vomitar	1	2
8.17	Fumar	1	2
8.18	Tentar induzir vômitos	1	2
8.19	Não engolir a comida	1	2
8.20	Usar comprimidos para emagrecer	1	2
8.21	Outros métodos? _____		

9.	Classifique as assertivas a seguir em uma escala de 1-10 (sendo 10 perfeito)	
9.1	Como você acha que se parece?	
9.2	Como você acha que as outras pessoas acham que você se parece?	
9.3	Como você acha que seus amigos acham que você se parece?	
9.4	Como você acha que pessoas do sexo oposto acham que você se parece?	

10.	Neste momento, você gostaria que o seu peso corporal fosse: (Circule uma)	
10.1	Muito mais pesado	1
10.2	Um pouco mais pesado	2
10.3	Peso atual	3
10.4	Um pouco mais leve	4
10.5	Muito mais leve	5

11.	Quais das seguintes informações você fornece aos seus alunos com excesso de peso e idade entre 7 e 8 anos?	SIM	NÃO
11.1	Faça uma dieta restrita para perder peso	1	2
11.2	Torne-se um vegetariano	1	2
11.3	Aumente seus exercícios diários (ex. caminhada)	1	2
11.4	Tenha como objetivo perder 1 a 2 kg por semana	1	2
11.5	Explique a eles que quando eles crescerem, vão acabar emagrecendo	1	2
11.6	Reduza a ingestão calórica para 1500 calorias	1	2
11.7	Reduza a ingestão calórica para 1200 calorias	1	2
11.8	Beba água antes das refeições para “encher o estômago”	1	2
11.9	Escolha apenas alimentos de baixa caloria	1	2
11.10	Coma uma variedade de diferentes alimentos	1	2
11.11	Corte todos lanches entre as refeições	1	2
11.12	Coma menos comida, porém mais frequentemente	1	2
11.13	Pese-se todos os dias	1	2
11.14	Tome um suplemento de vitaminas e minerais	1	2
11.15	Evite combinar certos alimentos, ex. comer frutas e proteínas juntos	1	2
11.16	Evite comer quando se sentir entediado, sozinho, triste ou tenso	1	2
11.17	Faça uma desintoxicação do seu corpo através de dieta líquida uma vez por semana	1	2
11.18	Faça 2 refeições por dia ao invés de 3	1	2
11.19	Evite comer certos alimentos como: salgadinhos, pirulitos, balas, chocolate, tortas, enroladinhos de salsicha e alimentos fritos	1	2
11.20	Há alguma outra informação que você acha que os professores deveriam dar para os alunos com excesso de peso? _____ _____ _____		

12.	As afirmações abaixo são sobre peso corporal e comportamento alimentar. Por favor, nos diga se você acha essas afirmações <b>VERDADEIRAS</b> ou <b>FALSAS</b>	VER.	FAL.
12.1	Adolescentes com excesso de peso deveriam fazer Dietas restritas para perder peso	1	2
12.2	As meninas começam o estirão de crescimento antes que os meninos	1	2
12.3	O peso corporal é geneticamente determinado	1	2
12.4	Ir a um spa ou fazer sauna são métodos efetivos para o controle de peso	1	2
12.5	O peso corporal não deve aumentar depois da meia idade	1	2
12.6	O peso localizado no quadril oferece menos riscos à saúde do que o localizados no peito ou abdômen	1	2
12.7	É normal que as meninas adolescentes depositem gordura em torno dos quadris e coxas	1	2
12.8	O estirão de crescimento pode deixar os adolescentes desajeitados	1	2
12.9	Adolescentes com baixo peso podem atrasar seu crescimento	1	2
12.10	Transtornos alimentares como Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa ocorrem principalmente em famílias de classe média e alta	1	2
12.11	Uma vez que alguém desenvolva um Transtorno Alimentar nunca mais poderá realmente se curar	1	2
12.12	Pessoas com Anorexia Nervosa não perdem seu apetite	1	2
12.13	Bulimia nervosa raramente ocorrem em pessoas com idade inferior a 18 anos	1	2
12.14	Um em cada 15 indivíduos com Transtornos Alimentares do sexo masculino	1	2
12.15	Mulheres que tenham recuperado seu peso após Anorexia Nervosa ainda tem dificuldade para engravidar	1	2
12.16	Pessoas com Anorexia Nervosa precisam de ajuda psiquiátrica durante toda a vida	1	2
12.17	Pessoas com Bulimia Nervosa sempre induzem o vômito	1	2
12.18	Bulimia Nervosa é normalmente associada com pobres cuidados parentais	1	2
12.19	Pessoas com sobrepeso geralmente estão fora de forma	1	2
12.20	Pessoas magras são geralmente mais saudáveis do que outras	1	2
13.	Alguma vez você já foi diagnosticado por um profissional de saúde (medico, nutricionista, psicólogo ou outro profissional) por alguns desses problemas?	SIM	NÃO
13.1	Anorexia Nervosa	1	2
13.2	Bulimia Nervosa	1	2
13.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
13.4	Problemas com baixo peso	1	2

13.5	Compulsão por exercício físico	1	2
13.6	Obesidade	1	2

14.	Alguma vez você já foi tratado por um profissional de saúde (medico, nutricionista, psicólogo ou outro profissional) por alguns desses problemas?	SIM	NÃO
14.1	Anorexia Nervosa	1	2
14.2	Bulimia Nervosa	1	2
14.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
14.4	Problemas com baixo peso	1	2
14.5	Compulsão por exercício físico	1	2
14.6	Obesidade	1	2

15.	Atualmente você está recebendo tratamento por um profissional de saúde (medico, nutricionista, psicólogo ou outro profissional) por alguns desses problemas?	SIM	NÃO
15.1	Anorexia Nervosa	1	2
15.2	Bulimia Nervosa	1	2
15.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
15.4	Problemas com baixo peso	1	2
15.5	Compulsão por exercício físico	1	2
15.6	Obesidade	1	2

16.	Você já foi hospitalizado por:	SIM	NÃO
16.1	Anorexia Nervosa	1	2
16.2	Bulimia Nervosa	1	2
16.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
16.4	Problemas com baixo peso	1	2
16.5	Compulsão por exercício físico	1	2
16.6	Obesidade	1	2

17.	Atualmente você acredita que você tem algum desses problemas:	SIM	NÃO
17.1	Anorexia Nervosa	1	2
17.2	Bulimia Nervosa	1	2
17.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
17.4	Problemas com baixo peso	1	2
17.5	Compulsão por exercício físico	1	2
17.6	Obesidade	1	2

18.	Atualmente você está sendo tratado para:	SIM	NÃO
18.1	Anorexia Nervosa	1	2
18.2	Bulimia Nervosa	1	2
18.3	Algum Transtorno Alimentar	1	2
18.4	Problemas com baixo peso	1	2
18.5	Compulsão por exercício físico	1	2
18.6	Obesidade	1	2

## ANEXO H – Aprovação do Comitê de Ética do Centro Universitário São Camilo

← → ↻ aplicacao.saude.gov.br/plataformabrasil/visao/pesquisador/gerirPesquisa/gerirPesquisaAgrupador.jsf ☆

Saúde  
Ministério da Saúde

Plataforma Brasil

Principal X sair

Público Pesquisador Alterar Meus Dados

Cadastros Mariana Gori - Pesquisador | V3.0  
Sua sessão expira em: 38min 41

DETALHAR PROJETO DE PESQUISA

- DADOS DA VERSÃO DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: IMAGEM CORPORAL E INFLUÊNCIAS SOCIOCULTURAIS DE PROFESSORES: IMPLICAÇÕES PARA PREVENÇÃO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE EM CRIANÇAS  
Pesquisador Responsável: Mariana Gori  
Área Temática:  
Versão: 1  
CAAE: 58422416.0.0000.0062  
Submetido em: 03/08/2016  
Instituição Proponente: Centro Universitário São Camilo  
Situação da Versão do Projeto: Aprovado  
Localização atual da Versão do Projeto: Pesquisador Responsável  
Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

COORDENADOR

Comprovante de Recepção:  PB\_COMPROVANTE\_RECEPCAO\_701622

## ANEXO I – Ficha Devolutiva da Avaliação do Estado Nutricional



Nome completo: \_\_\_\_\_

Peso: \_\_\_\_\_ Kg

Estatura: \_\_\_\_\_ metros

IMC: \_\_\_\_\_ Kg/m<sup>2</sup>

Percentual de Gordura: \_\_\_\_\_ %

CLASSIFICAÇÃO	ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)
<b>Desnutrição</b>	<b>&lt; 18,5</b>
<b>Eutrofia (Ideal)</b>	<b>18,6 – 24,9</b>
<b>Sobrepeso</b>	<b>25,0 – 29,9</b>
<b>Obesidade classe I</b>	<b>30,0 – 34,9</b>
<b>Obesidade classe II</b>	<b>35,0 – 39,9</b>
<b>Obesidade classe III</b>	<b>&gt; 40</b>

CLASSIFICAÇÃO % DE GORDURA CORPORAL	HOMENS	MULHERES
<b>Muito abaixo</b>	<b>&lt; 6%</b>	<b>&lt; 12%</b>
<b>Baixo</b>	<b>6 – 10%</b>	<b>12-15%</b>
<b>Ideal</b>	<b>10-20%</b>	<b>15-25%</b>
<b>Moderadamente alto</b>	<b>20-25%</b>	<b>25-30%</b>
<b>Alto</b>	<b>25-31%</b>	<b>30-35%</b>
<b>Muito Alto</b>	<b>&gt; 31%</b>	<b>&gt; 35%</b>

**NUTRICIONISTA MARIANA GORI**

**CRN-3 41157**