

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA DA  
UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL**

**A PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E O  
ESTADO NUTRICIONAL  
EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

**MONOGRAFIA DE ESPECIALIZAÇÃO**

**Greici Fior**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2015**

**A PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E O  
ESTADO NUTRICIONAL  
EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

**Greici Fior**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização do Programa Universidade Aberta do Brasil, Área de Concentração em Educação Física Infantil e Series Iniciais, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM,RS), como requisito parcial para obtenção do grau de **Especialista em Educação Física**

**Orientador: Profº Ms. Haury Temp**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2015**

**Universidade Federal de Santa Maria  
Centro de Educação Física e Desportos  
Programa de Pós-Graduação em Educação Física da  
Universidade Aberta do Brasil**

**A Comissão Examinadora, abaixo assinada,  
aprova a Monografia de Especialização**

**A PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E O  
ESTADO NUTRICIONAL  
EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

elaborada por  
**Greici Fior**

como requisito parcial para obtenção do grau de  
**Especialista em Educação Física**

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

**Hury Temp, Ms**  
(Presidente/Orientador)

---

**Maria Cecília Camargo Gunther, Dr<sup>a</sup> (UFSM)**

---

**Marina Braz, Ms(IFRS)**

Santa Maria, 21 de fevereiro de 2015

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

A esta Universidade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela que hoje vislumbro um horizonte superior, eivado pela acendrada confiança no mérito e ética aqui presentes.

Ao meu orientador Haury Temp, pelo suporte no pouco tempo que lhe coube, pelas suas correções e incentivos.

Aos meus pais e minhas irmãs pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

## **RESUMO**

Monografia de especialização  
Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade  
Aberta do Brasil  
Universidade Federal de Santa Maria

### **A PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E O ESTADO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

AUTOR: GREICI FIOR

ORIENTADOR: HAURY TEMP

Local e data da Defesa: Serafina Corrêa, 21 de fevereiro de 2015

Este trabalho configurou-se como um estudo de caso de caráter descritivo que teve como objetivos verificar o estado nutricional e a percepção da imagem corporal de 23 alunos de 7 à 9 anos de idade, de ambos os sexos pertencentes a uma escola pública do município de Passo Fundo-RS. Os escolares, foram submetidos a avaliação do Índice de Massa Corporal com critérios de referência de Conde e Monteiro(2006) para análise de seu estado nutricional e para avaliar a satisfação corporal, utilizou-se da Escala de Silhuetas proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998). A partir das avaliações encontrou-se um IMC médio para os 11 meninos de  $16,5\text{kg/m}^2$  e para as 12 meninas  $18,2\text{kg/m}^2$  com classificação normal e excesso de peso respectivamente. Ao observar os escores absolutos percebe-se que os participantes do sexo masculino classificaram-se individualmente em um menino com baixo peso corporal; oito com peso normal e dois com excesso de peso. Já as meninas sete enquadraram-se com peso corporal normal; três com excesso de peso e duas com grau de obesidade. Quanto a análise da Escala de Silhuetas Corporais foram encontrados quatro meninos insatisfeitos pelo baixo peso corporal; cinco insatisfeitos pelo excesso de peso e dois satisfeitos com sua imagem corporal. Para as meninas duas estão insatisfeitas pelo baixo peso; nove pelo excesso de peso e apenas uma encontra-se satisfeita com sua imagem corporal. Concluindo o estudo, percebe-se que em geral os alunos avaliados encontram-se com o peso corporal adequado para a idade, porém a maioria dos meninos e meninas estão insatisfeitos com sua imagem corporal pois gostariam de ter uma imagem corporal menor do que realmente possuem.

**Palavras-chaves** Imagem Corporal; Escola; satisfação corporal.

## **ABSTRACT**

Monografia de especialização  
Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade  
Aberta do Brasil  
Universidade Federal de Santa Maria

### **THE PERCEPTION OF BODY IMAGE AND NUTRITIONAL STATUS IN CHILDREN OF ELEMENTARY SCHOOL**

AUTOR: GREICI FIOR

ORIENTADOR: HAURY TEMP

Local e data da Defesa: Serafina Corrêa, 21 de fevereiro de 2015

This paper set up as a descriptive case study that aimed to verify the nutritional status and the perception of body image of 23 students from 7 to 9 years of age, of both sexes from a public school in the city of Passo Fundo-RS. The students underwent assessment of body mass index with benchmarks of Count and Monteiro (2006) for analysis of nutritional status and to estimate the body satisfaction, was used the Silhouette Scale proposed by Tiggemann and Wilson-Barret (1998). From the reviews found a mean BMI for the 11 boys of 16,5kg/m<sup>2</sup> and for the 12 girls 18.2 kg/m<sup>2</sup> with normal classification and overweight respectively. Observing the absolute scores realizes that the male participants were classified individually in a one boy with low body weight; eight with normal-weight and two with overweight. In the girls case, seven girls were with normal body weight; three with overweight and two with a degree of obesity. As the analysis of Body Silhouette Scale were found four boys dissatisfied by low body weight; five dissatisfied by excess weight and two satisfied with their body image. For the girls, two are dissatisfied by low weight; nine dissatisfied by overweight and only one is satisfied with their body image. Concluding the study, in general the students evaluated are with proper body weight for age, but most of the boys and girls are dissatisfied with their body image because they would like to have a lower body image than actually have.

Keywords: Body Image; school; body satisfaction.

## LISTA DE ANEXOS

Anexo 1- Critérios de referência para definição de Baixo Peso, Excesso de Peso e Obesidade para o sexo masculino e feminino respectivamente (CONDE e MONTEIRO, 2006) .....	36
Anexo 2- Escala de Silhuetas da Imagem Corporal .....	37

## LISTA DE APÊNDICES

Apêndice 1 – Termo de autorização da Escola para a participação dos alunos	39
Apêndice 2 – Termo de autorização da Professora para a participação dos alunos .....	40
Apêndice 3 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido .....	41

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>1.1 Objetivos .....</b>	<b>10</b>
1.1.1 Objetivo Geral .....	10
1.1.2 Objetivos Específicos .....	10
<b>1.2 Justificativa.....</b>	<b>10</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1 Imagem Corporal: Satisfação e Insatisfação com o Corpo .....</b>	<b>12</b>
<b>2.2 A construção da Imagem Corporal na Infância .....</b>	<b>13</b>
2.2.1 O papel da Educação Física na construção da Imagem Corporal .....	14
2.2.2 Influência dos Meios de Comunicação na Imagem Corporal .....	16
<b>2.3 Atividade Física e a Qualidade De Vida.....</b>	<b>17</b>
<b>3 METODOLOGIA .....</b>	<b>21</b>
<b>3.1 Caracterização da Pesquisa .....</b>	<b>21</b>
<b>3.2 Delimitação da Pesquisa .....</b>	<b>21</b>
<b>3.3 Materiais e Métodos .....</b>	<b>21</b>
<b>3.4 Procedimentos .....</b>	<b>22</b>
<b>3.5 Tratamento Estatístico.....</b>	<b>23</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>24</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>29</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>31</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>35</b>
<b>APÊNDICE.....</b>	<b>38</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A imagem corporal tem sido estudada em muitos trabalhos científicos. Nas últimas décadas, pesquisadores descobriram em suas investigações que a insatisfação com a imagem corporal é influenciada por aspectos culturais e inicia-se cada vez em idades mais jovens. (HART, 2003; SMOLAK, 2004). Estudos realizados em diferentes locais do Brasil revelam incidência elevada de insatisfação corporal em crianças e adolescentes (PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006; TRICHES; GIUGLIANI, 2007; CONTI; FRUTUOSO; GAMBARDELLA, 2005a; ANDRADE, 2009).

A imagem corporal é muito importante na formação da identidade sexual do indivíduo. Neste cenário, descrito por Castilho (2001), pessoas com imagem corporal negativa podem acreditar que não possuem as qualidades necessárias para serem particularmente masculinas ou femininas. Quem não aceita sua aparência pode assumir que os outros também não a apreciam. Isso pode causar ansiedade interpessoal e inadequação em algumas interações sociais.

A criança constrói a sua própria imagem do corpo a partir das experiências que vivencia, pois ela é formada por aspectos afetivos, cognitivos, socioculturais e motores. Também está relacionada, ao conceito de si próprio, sendo influenciada pela integração entre o ser e o meio em que vive.

Com a evolução dos meios de comunicação, através de meios eletrônicos, os indivíduos facilmente e em um curto espaço de tempo se comunicam com pessoas de vários lugares do mundo e acessam informações de diversas fontes, o que pode afetar a imagem corporal. (SANDS; WARDLE, 2003).

Por este ângulo, é fácil identificar a busca por um ideal estético, a partir da expansão da liberdade sexual, da facilidade ao acesso das informações televisivas e pela internet, através de sites, blogs e nas redes sociais.

As nossas crianças, também estão aderindo estilos de vida sedentários, pois passam a maior parte do tempo utilizando jogos eletrônicos, televisões, computadores e muitas vezes redes sociais. O que é muito preocupante pois, os níveis de obesidade infantil vem crescendo. (VANDE, BOLTERYS, GUZMAN, 2005).

Através da atividade física e desportiva é possível compensar os efeitos nocivos do atual modo de vida da sociedade. (MOTA 1997). Cabe trazer ao diálogo as considerações de Steinbeck (2001), ele afirma que baixos níveis de atividades físicas e elevados índices de comportamento sedentários estão associados a elevada prevalência da obesidade infantil.

Assim, a imagem corporal de uma criança sofre muitas influências e pressões, principalmente da sociedade na qual estamos inseridos. Uma distorção dessa imagem pode levar à insatisfação corporal.

Tendo como ponto de partida estas influências e os modelos impostos, pelos meios de comunicação, então este trabalho parte, como um instrumento para identificar qual é o nível de satisfação com a imagem corporal e o estado nutricional de crianças escolares de 7 e 9 anos de idade?

## **1.1 Objetivos**

### **1.1.1 Objetivo Geral**

Analisar a percepção da imagem corporal relacionado ao Índice de Massa Corporal (IMC) em escolares, proporcionando um entendimento sobre percepção que esses escolares possuem do seu próprio corpo.

### **1.1.2 Objetivos Específicos**

- Caracterizar o estado nutricional (índice de massa corporal) dos escolares;
- Verificar a relação da satisfação corporal por meio da imagem real X ideal das crianças;
- Comparar os níveis de satisfação/insatisfação da imagem corporal entre os escolares do sexo masculino e feminino;

## 1.2 Justificativa

As experiências corporais e o explorar o corpo nunca param, por isso as primeiras experiências infantis são fundamentais no desenvolvimento da imagem corporal. (TAVARES 2003).

Oferecer oportunidade para que crianças e jovens desenvolvam pensamentos, questionamentos e atitudes críticas é de responsabilidade da escola. É salutar lembrar que, torna-se necessário buscar formas de trabalhar e tratar ativamente os envolvidos na criação da identidade e de sua fixação em meio as diferenças.

Nesta direção a Educação Física tem seu papel bem definido: o professor e a escola podem mostrar os significados e auxiliar os jovens a entender melhor seu corpo num todo. E mostrar ao aluno que ao realizar a atividade física deve priorizar a saúde e o bem-estar, com o senso crítico em relação as mudanças comportamentais de seu próprio corpo e o meio social. Contribuindo para que não existam distorções na autoimagem deles. Que com a sua ajuda os alunos sejam capazes de construir o seu autoconceito de forma positiva, aceitando as diferenças, com autoestima, reconhecendo pontos seus fortes, e fracos.

É de suma importância estimular novas pesquisas e estudos sobre insatisfação corporal em criança, para estabelecer estratégias de prevenção, aprofundando as causas e consequências, assim evitando danos à saúde física e mental das nossas crianças.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Imagem Corporal: Satisfação e Insatisfação com o Corpo

No que se refere a formação da imagem corporal, Castilho (2001), afirma que além dela envolver um relacionamento do indivíduo com seu próprio corpo, são necessárias experiências afirmativas e gratificantes na relação com o corpo para desenvolver-se uma imagem corporal satisfatória .

Mediante este pensamento, Santiago (1999), as relações sociais, culturais, psicológicas e fisiológicas, são fundamentais no auto conceito, na autoestima e da imagem corporal dos indivíduos. O culto do corpo é valorizado em termos sociais. Em outras palavras, o corpo é meio pelo qual o homem transmite e se ajusta aos objetos e situações condicionadas e condicionantes da sociedade em que está inserido. Destaca-se então a preocupação com a satisfação de imagem corporal que a criança faz de si própria, positiva ou negativamente do seu corpo.

Segundo a literatura atual, a imagem corporal é composta, por duas esferas: a estima corporal e a insatisfação corporal. A estima corporal se refere ao quanto a criança gosta ou não do próprio corpo de forma global, a qual inclui aspectos, além do peso e da forma do corpo, como, por exemplo, cabelos ou rosto. Já a segunda, insatisfação corporal, evidencia preocupações com o peso, forma do corpo e gordura corporal. E essa insatisfação pode afetar aspectos da vida dos indivíduos acerca de auto estima, comportamento alimentar, e seus desempenhos físico , cognitivo e psicossocial. Um dos aspectos mais pesquisados é a insatisfação que o indivíduo cria com a sua imagem corporal. Essa insatisfação com a aparência pode ser uma consequência na formação negativa da imagem corporal. (GARNER; GARFINKEL,1981 CASH, 2004).

Nas palavras de Costa (2007), a imagem corporal envolve três fatores: perceptivo, que é a percepção do próprio corpo e a estimativa de tamanho e peso do mesmo; subjetivo que é referente a satisfação, ansiedade e a preocupação com a aparência; e o comportamental que são situações evitadas devido ao desconforto pela aparência física .

De um modo geral, o desenvolvimento da imagem corporal é um processo de construção e encontra-se paralelo no desenvolvimento do próprio corpo,

fisiologicamente, socialmente e afetivamente, ou seja, é um processo que ocorre pela vida toda. (TAVARES 2003).

Nessa mesma perspectiva, sobre o conceito de imagem corporal, que perpassa por organizadores fisiológicos, psíquicos, corporais e sociais, é de que : “a imagem do corpo se constrói junto com as etapas do desenvolvimento para alcançar a cada nível de organização da personalidade uma unidade provisória e que se deve reconstruir em cada nova etapa.” (LE BOULCH, 1982,p,16).

Nas palavras de Thompson et al. (1998 apud CAMPANA; TAVARES, 2009), a satisfação com o corpo também é multidimensional e pode ser entendida como:

[...] a satisfação com o peso a partir da diferença do peso ideal desejado pelo peso atual, satisfação corporal que leva em conta o grau de importância de cada parte do corpo e a satisfação com a aparência a qual se refere com a aparência física de uma forma geral. (THOMPSON et al. apud CAMPANA; TAVARES 2009, p. 78)

Quando se trata em avaliar as atitudes, a insatisfação com o corpo é o principal dos componentes avaliativos. Segundo autores “a definição mais simplista de insatisfação corporal pode ser entendida como “a diferença entre o tamanho corporal atual e tamanho do corpo ideal”” (McCABE; RICCIARDELLI, 2004; JONES, 2004). Já Banfield e McCabe (2002) relatam que a insatisfação corporal é definidora dos componentes cognitivos e afetivos.

Atitudes negativas a respeito da aparência física, são geradas por julgamento dos outros á respeito do próprio corpo, em detrimento a” modelos de corpo perfeito”. Essas atitudes podem influenciar tanto na atitude como na percepção do tamanho real (JONES, 2004).

Le Breton, ao relatar Mauss, frisa que o primeiro e mais natural instrumento do homem é o corpo, o qual deve ser visto como a totalidade do homem. Assim, a sociedade o julga pelo o que ele é na sua expressão corporal. (Le Breton, 2006; p.87).

## **2.2 A construção da Imagem Corporal na Infância e o papel da Educação Física na construção da Imagem Corporal**

As experiências corporais e o explorar o corpo nunca param, por isso as primeiras experiências infantis são fundamentais no desenvolvimento da imagem corporal. (TAVARES 2003).

A criança percebe seu próprio corpo por meio de todos os sentidos, estando o seu corpo ocupando um espaço no ambiente em função do tempo, captando assim imagens, recebendo sons, sentindo cheiros e sabores, dor e calor, movimentando-se. (RAMOS,2002)

Conforme este mesmo autor, “o corpo é o seu centro, o seu referencial, para si mesma, para o espaço que ocupa e na relação com o outro.”A imagem de nós mesmos, do outro e do objeto, é fundamental, pois a noção do corpo está no centro da relação entre o vivido e o universo. (RAMOS, 2002).

Um estudo, realizado em escolas públicas e particulares, em 1.183 alunos, faixa etária de 6 a 18 anos, de Belo Horizonte, Minas Gerais, mostrou que a maioria dos alunos (62,6%) estava insatisfeita com seu corpo. Do total, 33,7% gostariam de ser mais magros, 28,9% gostariam de ser mais gordos e 37,4% sentiam se bem com o corpo. Constatou-se então, que existe um percentual elevado de alunos com insatisfação corporal, iniciando numa idade precoce e sujeita a riscos pela associação possível com transtornos alimentares, baixa autoestima, limitações no desenvolvimento psicossocial, depressão, manutenção de obesidade e outros riscos. (Fernandes,2007.)

Oferecer oportunidade para que crianças e jovens desenvolvam pensamentos, questionamentos e atitudes críticas é de responsabilidade da escola. É salutar lembrar que, torna-se necessário buscar formas de trabalhar e tratar ativamente os envolvidos na criação da identidade e de sua fixação em meio as diferenças.

Assim cumpre relatar Montardo (2002) : “durante a fase pré-escolar a criança desenvolve o seu conceito de imagem corporal. Nessa fase ela começa a reconhecer a aparência das pessoas de forma positiva ou negativa, conhece o

significado do “bonito” e “feio” e já reflete sobre o que as pessoas pensam a respeito da aparência dela (MONTARDO, 2002 apud MATARUNA, 2004).

Os PCNS, Parâmetros curriculares Nacionais (BRASIL,2000) propõem uma forma de trabalhar os conteúdos voltados para as práticas corporais, mostrando a importância das atividades físicas para o próprio corpo e o meio social.

Esses Parâmetros curriculares Nacionais também orientam para que o trabalho de Educação Física seja fundamentado nas concepções de corpo e movimento. E, embora esteja mais vinculada à prática, o aluno precisa ser considerado integralmente em seus aspectos cognitivos, afetivos e corporais, vindo a contribuir para a construção de um estilo pessoal e interpessoal de atuação. Dentre inúmeras atribuições desta disciplina encontra-se o conhecimento sobre o corpo, incluindo a visão fisiológica para compreender as alterações durante as atividades físicas.

Conforme Galvão (2002), O professor tem um papel extremamente importante dentro da escola, e deve exercer sua função de maneira única, pois interage diretamente com o aluno e este com a sociedade (GALVÃO, 2002).

A participação do professor de educação física é muito importante na forma de ver e tratar sobre imagem corporal, pois deve ser algo natural e de fácil absorção pelos alunos. (CATUNDA, 2011; JANUÁRIO; 2011).

Diante destes argumentos destaca-se o ambiente da educação física escolar torna essa percepção mais visível e mais fácil o seu desenvolvimento, pois a percepção corporal dá-se na mente e posteriormente no corpo. A afetividade e a sociedade de forma geral também contribuem para esta percepção e do autoconceito.(CATUNDA, 2011; JANUÁRIO; 2011).

O professor deve proporcionar meios para que o aluno seja capaz de reconhecer o próprio corpo e suas limitações, promovendo assim, uma maior contribuição e percepção dos alunos a respeito da imagem corporal. Nessa mesma perspectiva, devem ser trabalhados nas aulas atividades que objetivem os alunos percebam seu corpo não só como algo a ser idealizado numa sociedade e não tornar o corpo como um simples objeto a ser moldado. E claro, é fundamental a interação professor-aluno, onde o professor provoca o senso crítico, para que os alunos percebam sobre seu próprio corpo, a partir de sua própria visão e seus próprios significados (CATUNDA, 2011; JANUÁRIO; 2011).

Trazendo ao diálogo as palavras de Lima e Rodrigues (2008), observa-se que o professor de educação física deve ajudar os educandos na compreensão e nas relações corporais, buscando integrar a escola com a vida cotidiana e desenvolvendo a educação física com a mesma seriedade de outras disciplinas para torna-los cidadãos de boa formação e principalmente preparados para a vida.

Nesta direção a Educação Física tem seu papel bem definido: o professor e a escola podem mostrar os significados e auxiliar os jovens a entender melhor seu corpo num todo. E mostrar ao aluno que ao realizar a atividade física deve priorizar a saúde e o bem-estar, com o senso crítico em relação as mudanças comportamentais de seu próprio corpo e o meio social. Contribuindo para que não existam distorções na autoimagem deles. Que com a sua ajuda os alunos sejam capazes de construir o seu autoconceito de forma positiva, aceitando as diferenças, com autoestima, reconhecendo pontos seus fortes, e fracos.

### 2.2.2 Influência dos Meios de Comunicação na Imagem Corporal

Na atualidade os meios de comunicação em massa têm influenciado as pessoas a adotar uma imagem corporal idealizada pela mídia. É constatado o fato de a mídia ter um amplo domínio de manipular “a Imagem ideal. Partindo desse princípio, vamos perceber a sociedade está dividida em dois grupos, no que diz respeito à imagem corporal: a idealizada pelo indivíduo e a sua imagem atual que corresponde à sua realidade. O padrão da imagem corporal idealizado pela população, que sofre influência da mídia não corresponde ao modelo considerado como saudável.(PINHEIRO &GIULIANO, 2006).

Além de influenciar na formação e na reflexão da sociedade, a mídia e os meio de comunicação influenciam também na formação autoimagem da sociedade, influenciando nos valores, normas e padrões estéticos. A leitura de revistas, a exposição a figuras de corpos magros (em fotos, filmes) e o assistir à televisão têm impacto na insatisfação corporal. São muito comuns assuntos como dietas, programas de reeducação alimentar, remédios para emagrecer, anabolizantes, programas de ginásticas, ginásticas passivas, cirurgias plásticas, e assim por diante.

E os programas infantis de televisivos infantis não ficam de fora, pois impõem um modelo adulto e sensual de vestir às crianças. (RUSSO,2005).

Assim, a busca por um “corpo perfeito” idealizado pode ser prejudicial, pois pode haver um distanciamento entre a imagem corporal real e a idealizada deste indivíduo. O que é preocupante, pois quanto maior for essa distância, mais poderão ser potencializados os sentimentos negativos e a baixa auto-estima, afetando a qualidade de vida e a saúde da população em questão (FIATES,2001).

Um corpo belo e com a musculatura perfeitamente definida: é um dos desafios para serem encarados no final da infância e no início da adolescência. São inúmeros os estudos têm apontado um aumento de percentual de crianças e adolescentes insatisfeitos com sua imagem corporal (COHANE; POPE, 2001; ERLING, HWANG, 2004).

Com o reconhecimento da imagem corporal e o acesso à mídia, a busca deste corpo perfeito vem gerando preocupação nos profissionais da saúde, cabe aos profissionais de Educação Física ajudar a estabelecer limites a seus alunos, propondo uma prática saudável de um exercício obsessivo, pois a vida escolar tem uma importância muito grande na formação corporal. (CATUNDA, 2011; JANUÁRIO; 2011).

Diante disso, cumpre destacar os Parâmetros curriculares Nacionais, onde enfocam que a Educação Física na escola não pode e não deve ignorar, os meios de comunicação e os modelos e práticas corporais que eles apresentam, e menos ainda o irreal que esses meios ajudam a criar. É importante que as aulas forneçam informações relevantes e contextualizadas. Então, caberá à disciplina manter um permanente diálogo crítico sobre a mídia, trazendo esse tema para reflexão dentro do contexto escolar (BRASIL, 2000 p. 198).

### **2.3 Atividade Física e a Qualidade De Vida**

É fato: Antes as crianças corriam na rua, jogavam bola, soltavam pipa, brincavam de pega-pega. Hoje as coisas são bem diferentes, a criançada em sua maioria quando não está na escola, fica dentro de casa, e têm como entretenimento a TV, os videogames e outro meios eletrônicos. Para diminuir a intensidade desses

hábitos, os especialistas aconselham que os pais incentivem seus filhos a praticar algum esporte.

Lazzoli et al(1998) nos diz que “do ponto de vista de saúde pública e medicina preventiva, promover a atividade física na infância e na adolescência significa estabelecer uma base sólida para a redução da prevalência do sedentarismo na idade adulta, contribuindo desta forma para uma melhor qualidade de vida.”

Nesse contexto, além de se exercitarem, as crianças podem ter ainda outros benefícios como: risco menor de obesidade, desenvolvimento da auto-estima, do sentido de cooperação, a socialização, dentre outros.

Estes mesmos Autores, relatam ainda que, é importante também que os pais não lancem suas expectativas em relação ao filho se tornar um atleta profissional, visto que o esporte nessa idade deve ser encarado para o desenvolvimento da criança e não como uma pressão.( LAZZOLI *et al*, 1998)

Todo esporte proporciona benefícios à criança. Entretanto, alguns propiciam qualidades específicas, como por exemplo, aqueles que desenvolvem mais o sentido de cooperação, como é o caso das modalidades coletivas como futebol, basquete, voleibol, handebol e outras. Já as individuais como as lutas marciais judô, karatê e outras, trabalham mais o equilíbrio emocional. Nesta de pensamento, (LAZZOLI et al, 1998) complementam:

o componente lúdico deve prevalecer sobre o competitivo quando da prescrição de atividade física para as crianças. Igualmente importante é oferecer alternativas para a prática do desporto, de forma a contemplar os interesses individuais e o desenvolvimento de diferentes habilidades motoras, contribuindo para o despertar de talentos (LAZZOLI, *et al*, 1998).

Caso a criança não apresente interesse aos esportes, cabe aos pais moderar os hábitos sedentários, diminuindo o tempo que o filho passa na frente da TV e do computador. Estudos realizados apontam a inatividade física é um fator de risco independente para a doença cardiovascular, hipertensão arterial, obesidade e hipercolesterolemia. ( Blair *et a*,1995 . e Erikssen *et al*,2002).

Os respectivos autores, também constataram que a melhoria da aptidão física em adultos de meia-idade reduzia em mais de 50% a mortalidade geral por todas as causas. (Blair *et a*,1995 . e Erikssen *et al*,2002).

Dados do ministério da saúde (2005), e estudos de Erlichman (2002), comprovam que a prática de atividade física diminui o risco de aterosclerose e suas conseqüências (angina, infarto do miocárdio, doença vascular cerebral), ajuda no controle da obesidade, da hipertensão arterial, do diabetes, da osteoporose, das dislipidemias e diminui o risco de afecções osteomusculares e de alguns tipos de câncer (colo e de mama). Contribui ainda no controle da ansiedade, da depressão, da doença pulmonar obstrutiva crônica, da asma, além de proporcionar melhor auto-estima e ajuda no bem-estar e socialização do cidadão.

Existe associação entre sedentarismo, obesidade e dislipidemias e as crianças obesas provavelmente se tornarão adultos obesos. Dessa forma, criar o hábito de vida ativo na infância e na adolescência poderá reduzir a incidência de obesidade e doenças cardiovasculares na idade adulta. (LAZZOLI *et al*,1998).

Lazzoli *et.all* (1998), sugerem em seus estudos uma séries de recomendações para que as atividades físicas sejam implementadas na infância e com isto, evitem as doenças causadas na idade adulta pelo sedentarismo. São elas:

- 1) Estimular a prática regular do exercício físico no cotidiano e/ou de forma estruturada através de modalidades desportivas, mesmo na presença de doenças, visto que são raras as contra-indicações absolutas ao exercício físico;
- 2) Priorizar seus aspectos lúdicos sobre os de competição e evitar a prática em temperaturas extremas;
- 3) A educação física escolar bem aplicada deve ser considerada essencial e parte indissociável do processo global de educação das crianças e adolescentes;
- 4) Os governos, em seus diversos níveis, as entidades profissionais e científicas e os meios de comunicação devem considerar a atividade física na criança e no adolescente como uma questão de saúde pública, divulgando esse tipo de informação e implementando programas para a prática orientada de exercício físico.

Apesar de todas essas evidências científicas, a maioria da humanidade leva vida sedentária. O esporte e a atividade física são atividades fundamentais para uma vida longa e saudável. O esporte promove a saúde e o bem estar, estendendo a expectativa de vida e reduzindo a probabilidade de acometimento de diversas doenças, principalmente aquelas relacionadas ao sedentarismo. Enfim, a prática esportiva ajuda a formar um mundo melhor, com tudo de bom que ele nos traz,

como saúde, auto-estima, espírito de equipe, objetivos, entre outros atributos que são desenvolvidos durante ao longo da vida. (Blair *et all*, 1995)

## **3 METODOLOGIA**

### **3.1 Caracterização da Pesquisa**

O presente estudo está caracterizado como uma pesquisa de campo envolvendo um estudo de caso, pois trata da descrição das características, propriedades ou relações existentes no grupo pesquisado. Configura-se ainda segundo Cervo (2007) um estudo descritivo já que favorece uma pesquisa ampla e uma formulação coerente do problema.

### **3.2 Delimitação da Pesquisa**

A pesquisa esteve composta por 23 alunos com idade entre 07 a 09 anos, sendo 11 meninos e 12 meninas da EMF Wolmar Salton da cidade de Passo Fundo/RS. O critério para participação do estudo deteve-se em indivíduos que não apresentassem problemas orgânicos evidentes e/ou alterações no desenvolvimento, como retardo neuropsicomotor ou déficits sensoriais e que apresentaram o termo de consentimento assinado pelos pais ou responsáveis.

### **3.3 Materiais e Métodos**

Os dados antropométricos mensurados seguiram as recomendações sugeridas por Petroski (2003), sendo eles: peso corporal (medido em quilogramas) utilizando-se uma balança digital da marca Tech Line com capacidade 180 kg precisão de 100 g, com o avaliado mantido na posição ortostática, vestindo o mínimo possível de roupas, sem que lhe cause constrangimento. Para a estatura (medida em centímetros), foi utilizada uma fita métrica antropométrica fixada na parede a um metro do chão e precisão de 0,1 centímetros sendo que, o avaliado foi mantido na posição ortostática, procurando deixar em contato as superfícies posteriores de calcanhar, cintura pélvica, cintura escapular e região occipital.

O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado com o uso da fórmula  $\text{Peso} \div \text{Estatura}^2$ , sendo o peso dado em kilogramas e a estatura em metros. Para facilitar a realização das análises, os dados foram organizados em três classes sendo assim, baixo peso igual a baixo, normal igual à normal e excesso de peso e obesidade agrupados como elevado. Para a avaliação do IMC os critérios de referência utilizados foram CONDE e MONTEIRO, 2006. (Figura 1 e Figura 2) consta nos anexos.

Para análise da prevalência de insatisfação corporal, o questionário foi respondido pelas crianças constituiu-se na escala de silhuetas proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998) a qual demonstrou ser acurada, com uma alta confiabilidade teste-reteste em crianças entre 08 e 11 anos de idade. Essa escala contém 9 (nove) silhuetas numeradas, com extremos de magreza e gordura com altura estável, é apresentada separadamente, segundo o sexo (Figura 3) consta nos anexos.

As crianças deveriam selecionar com um X a figura compatível com seu tamanho real, seguido da pergunta (com qual dos desenhos você mais se parece?) e logo em seguida com um círculo a figura ideal ou desejável, seguido da pergunta (com qual dos desenhos você mais gostaria de se parecer?).

O grau de insatisfação com o corpo é dado pela diferença entre as figuras real e ideal, sendo que os valores podem variar de -8 a 8. Graus positivos indicam que a criança desejava um corpo menor. A variável de insatisfação com o corpo foi categorizada em dois estratos - satisfeitos e insatisfeitos. Foram consideradas satisfeitas todas as crianças que tiveram grau zero como resultado da diferença entre as figuras real e ideal na escala de imagem corporal.

### **3.4 Procedimentos**

Foi realizado um contato com a escola, a qual autorizou a realização da pesquisa, através de termos de consentimentos assinados pela diretora e as professoras titulares de classe. Após foi enviado aos pais através dos alunos um termo de consentimento, que está em anexo neste trabalho, no qual os pais ou responsáveis autorizam a participação da criança na pesquisa. A coleta de dados foi realizada em uma sala de aula da escola, primeiro foram realizadas as mensurações

antropométricas, individualmente para que não houvesse constrangimentos para as crianças, e imediatamente após a mensuração aplicado o teste de figuras de silhuetas individualmente.

### **3.5 Tratamento Estatístico**

Os dados foram tabulados em uma planilha de Excel da Microsoft Corporation, através da qual foi utilizada a estatística descritiva em termos de médias, desvio padrão e frequência.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Concluída a etapa de avaliação dos participantes do estudo partiu-se para tabulação dos dados da referente pesquisa que teve como objetivos caracterizar o estado nutricional e o grau de satisfação da imagem corporal de meninos e meninas em idade escolar.

A **tabela 1** apresenta a caracterização da amostra do estudo em relação a idade, peso corporal, estatura e índice de massa corporal.

**TABELA 1-** Caracterização da Amostra em relação a idade, peso corporal, estatura e índice de massa corporal (n=23).

Meninos	Idade (anos)	Peso (Kg)	Est (m)	IMC	Meninas	Idade (anos)	Peso (Kg)	Est (m)	IMC
1	9	35,4	1,39	18,1	1	9	33,4	1,35	18
2	8	29,3	1,36	15,7	2	8	24,2	1,29	14,2
3	9	23,7	1,26	15,2	3	8	69,8	1,43	33,7
4	8	35,9	1,38	18,4	4	9	28,2	1,38	14,7
5	9	32,6	1,37	17,5	5	9	31,8	1,36	16,7
6	7	33,3	1,34	18,4	6	9	30,4	1,35	16,4
7	8	17,3	1,36	12,6	7	8	30	1,3	17,7
8	8	34,2	1,41	17,1	8	7	29	1,37	15,4
9	7	26,2	1,27	16,1	9	7	26	1,33	14,7
10	7	31,5	1,35	17	10	8	38,6	1,34	21,1
11	8	24,4	1,23	15,9	11	8	31,1	1,31	18,1
					12	8	29,3	1,3	17,1
<b>Média</b>	8	29,4	1,34	16,5	<b>Média</b>	8,17	33,5	1,34	18,2
<b>DSDP</b>	0,8	5,9	0,1	1,7	<b>DSDP</b>	0,7	12,0	0,04	5,3

Fonte: dados da pesquisa

A partir da análise da Tabela 1 é possível determinar que das 23 crianças avaliadas a idade média dos meninos foi de  $8\pm 0,8$  anos e das meninas  $8,17\pm 0,7$  anos. Ao avaliar o peso corporal encontrou-se uma média de  $29,4 \pm 5,9$ kg e  $33,5\pm 12$ Kg para meninos e meninas respectivamente. Quando investigada a variável estatura obteve-se o mesmo escore para ambos os grupos que foi de 1,34 metros, porém o grupo dos meninos obteve um desvio padrão de 0,1 e as meninas de 0,04 metros. Ao relacionar o estado nutricional do grupo avaliado por meio do IMC encontrou-se para os meninos um IMC médio de  $16,5\pm 1,7$ kg/m<sup>2</sup>, ou seja, com classificação normal para este grupo, enquanto as meninas obtiveram  $18,2\pm 5,3$ kg/m<sup>2</sup> e classificação quanto ao estado nutricional com excesso de peso para a média da idade.

Estes valores são semelhantes aos encontrados em levantamento do IBEGE (2008 e 2009) em pesquisa realizada para crianças dos 7 aos 9 anos de idade, os meninos brasileiros apresentam uma variação de estatura entre 1,24 á 1,3 metros e peso entre 25,1 á 31,6 Kg. Para as meninas a estatura encontrada foi de 1,23 á 1,35 metros e peso corporal compreendido entre 24,9 a 31,7 Kg.

A **Tabela 2** apresenta a classificação do estado nutricional baseado na idade e gênero de cada uma das 23 crianças participantes do estudo.

**TABELA 2-** Classificação do Índice de Massa Corporal (n=23)

<b>Classificação</b>	<b>Meninos (n=11)</b>	<b>Meninas (n=12)</b>
<b>Baixo Peso</b>	1	0
<b>Normal</b>	8	7
<b>Excesso de Peso</b>	2	3
<b>Obesidade</b>	0	2

Fonte: dados da pesquisa

Ao observar a Tabela 2 constata-se que 15 crianças estão com IMC considerado Normal, cinco estão com Excesso de Peso, uma participante com Baixo Peso e duas apresentam grau de Obesidade. Os meninos apresentaram melhores resultados em relação ás meninas no estado nutricional. Notou-se que o grau de

obesidade nas meninas é maior e o índice de Excesso de peso também, porém somente os meninos apresentaram índices de baixo peso corporal.

O estado nutricional (IMC) dos escolares EMEF Wolmar Salton, conforme critérios de referência de Conde e Monteiro (2006), é considerado normal. Assim fica evidente que já em idade precoce, as crianças enfrentam o conflito entre a preferência de serem mais magras em contradição com as mudanças físicas. Thiches e Giugliane (2007), nos dizem que a insatisfação corporal é um problema que afeta ambos os sexos, embora de formas e períodos diferentes e, portanto, deve-se conceituá-los e analisá-los separadamente.

É importante lembrar que o valor alto de Índice de Massa Corporal (IMC) não caracteriza necessariamente obesidade, que é o excesso de gordura em nosso corpo. A composição corporal pode estar relacionada tanto ao aumento de massa magra quanto da massa gorda.(CONTI e COL., 2005).

Utilizando os mesmos critérios adotados no presente estudo, pesquisadores identificaram uma prevalência de sobrepeso de 6,6% em uma população de 7 a 11 anos, devidamente matriculados em escolas da rede de ensino público e particular, da zona urbana da cidade de Maceió, Alagoas. (Rev Assoc Med Bras 2010; 56(2): 192-6)

Outro estudo realizado no Paraná do estado nutricional com base no IMC, indicou que 22,1% das crianças se encontravam com excesso de peso, sendo 13,8% com sobrepeso e 8,3% com obesidade. E ainda, quando avaliados por gênero, o IMC médio dos meninos foi significativamente superior ao das meninas, respectivamente,  $16,8 \pm 2,66$  kg/m<sup>2</sup> e  $16,5 \pm 2,57$  kg/m<sup>2</sup>, todavia não foram observadas diferenças significativas entre o IMC médio de meninos e meninas com excesso de peso, sobrepesados e obesos. Quando o estado nutricional foi avaliado para cada um dos sexos, separadamente verificou-se que entre os meninos 22,3% apresentaram excesso de peso enquanto entre as meninas 21,9% se encontravam nesta categoria. Muito embora a prevalência de excesso de peso tenha sido muito próxima, entre as meninas houve maior prevalência de sobrepeso em relação aos meninos (14,1% e 13,6%, respectivamente), enquanto entre os meninos a prevalência de obesidade foi superior a verificada entre as meninas (8,7% e 7,8%, respectivamente). (Revista Brasileira de Cineantropometria, 2010)

A Tabela 3 mostra o grau de satisfação ou insatisfação corporal do grupo investigado baseado na Escala de Silhuetas Corporais sobre como as crianças se percebem e como gostariam de ser em relação a sua imagem corporal.

**TABELA 3-** Classificação da imagem corporal do grupo investigado através da Escala de Silhuetas Corporais de Tiggemann e Wilson-Barret (1998) (n=23).

<b>Grau de Satisfação Corporal</b>	<b>Meninos (n=11)</b>	<b>Meninas (n=12)</b>
<b>Insatisfeitos pelo Baixo Peso</b>	4	2
<b>Satisfeitos</b>	2	1
<b>Insatisfeitos pelo Excesso de Peso</b>	5	9

A partir dos dados da Tabela 3 que mostra o grau de satisfação e insatisfação da imagem corporal do grupo investigado encontrou-se que cinco meninos desejam uma silhueta menor, pois acreditam estar acima do peso ideal. Em contradição com outros quatro desejam ter uma silhueta maior, pois se acham muito magros e dois encontram-se satisfeitos com a sua silhueta corporal. É importante destacar que fatores como a “moda” que a mídia impõe podem estar influenciando estas criança. Segundo Girodarni (2006), quando verificamos os níveis de satisfação com a imagem corporal, devemos entender que a imagem do corpo é a figuração de nosso corpo formado em nossa mente, ou seja, a maneira que o corpo apresenta para nós.

Observa-se ainda que a maioria das meninas desejam uma silhueta menor, já que das 12 meninas avaliadas nove desejam ser mais magras; duas querem ter uma silhueta maior e somente uma está satisfeitas com sua silhueta. Tanto as meninas, assim como os meninos, independente do estado nutricional, desejam ter uma silhueta menor.

Triches e Guigliane (2007), relatam que em estudos realizados na Austrália, Croácia, Inglaterra, México, Suíça e Estados Unidos, observaram prevalências que, embora diferentes entre si, eram altas. E demonstraram que, entre as meninas, 28 % a 55% queriam ser mais magras e 4% a 18% queriam engordar. Já entre os meninos, 17% a 30 % queriam emagrecer e 13% a 48 % desejavam um corpo maior, dados que corroboram com os encontrados neste estudo.

Na maioria dos estudos verifica-se que as crianças que têm obesidade e ou risco de obesidade, são as que possuem os maiores índices de insatisfação

corporal. Estudos têm mostrado que, com o aumento do peso para a estatura, há um aumento na insatisfação corporal. (TRICHES e GIUGLIANE, 2007). O que não é o caso deste estudo, apesar das crianças apresentarem estado nutricional adequado para suas idades, não estão satisfeitas com sua imagem.

De acordo com Carvalho e Col. (2005) no contexto em que vivemos onde o corpo magro, esbelto, é valorizado e as roupas da moda são confeccionadas em tamanhos pequenos, o que gera incômodo, raiva, angústia, culpa. Associada a estes fatores, preocupa-se com a saúde, pois é crescente aumento da obesidade entre a população em geral e, em especial, entre crianças e adolescentes e os riscos de se desenvolver doenças.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo analisar a percepção da imagem corporal relacionado ao Índice de Massa Corporal (IMC) em escolares, proporcionando um entendimento sobre percepção que esses escolares possuem do seu próprio corpo caracterizando o estado nutricional (índice de massa corporal) e verificar a relação da satisfação corporal por meio da imagem real X ideal das crianças, comparando os níveis de satisfação/insatisfação da imagem corporal entre os ambos os sexos.

Verificou-se que tanto meninos quanto meninas, em sua maioria, foram classificados como normais em relação aos resultados do IMC embora tenha sido encontrado crianças fora da normalidade (baixo peso; excesso de peso ou obesidade). Quanto a satisfação com a imagem corporal, e os escolares demonstraram insatisfação. Isso nos leva a considerar que a insatisfação com o corpo, mesmo em crianças com o IMC adequado, existe e a preocupação excessiva com o próprio corpo já começa em idade muito precoce, pois o IMC nem sempre retrata a forma como essas crianças se percebem. Acredita-se que isto ocorre em função da ideia que os meios de comunicação e a sociedade atual consideram modelo perfeito de corpo e as crianças acabam acreditando que estes são modelos ideais influenciando em sua autoimagem.

Portanto, sugere-se que as escolas componham uma equipe de saúde interdisciplinar juntamente com o professor de Educação Física, com objetivo de desenvolver atividades preventivas, voltadas para a conscientização da percepção pessoal e social destes alunos, buscando diminuir as pressões e relação a imagem do corpo perfeito e visando uma vida mais saudável para as crianças. Os dados deste trabalho podem servir de alerta para os pais, educadores e profissionais de saúde para alta prevalência de insatisfação com o corpo entre criança para que e conjunto se busque alternativas para evolução deste quadro. Assim, ação da Educação Física, proporciona um contato com diversas atividades, fazendo com que essas crianças descubram suas potencialidades, a partir da ação com o meio, estruturando assim sua noção corporal, afetiva e cognitiva. É de extrema importância um trabalho efetivo na estimulação da consciência corporal na educação física, para que as crianças tenham consciência de si mesmas e se desenvolvam de

forma organizada, para que aceitem e vejam seu corpo de forma saudável sem excessos impostos pela vida moderna.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMUDE, A.M.; MARCOMINI, T.M.; NARDO, C.C.S.; SOUZA, E.W.F.; NARDO Jr. N. Imagem corporal em indivíduos que foram submetidos à cirurgia bariátrica. Arquivos da Associação Paranaense para o desenvolvimento do ensino da ciência, Maringá, Supl. 8, mai., 2004.

Blair SN, Kohl HW, Barlow CE, Paffenbarger RA Jr, Gibbons LW, Macera CA. Changes in physical fitness and all-cause mortality. A prospective study of health and unhealthy men. JAMA 1995;12;273:1093-8.

CAMPAGNA, V. N.; SOUZA, A. S. L. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. Boletim de Psicologia, São Paulo, v. 56, p. 9-35, dez., 2006.

CARVALHO, A. M. P. CATANEO, C. GALINDO, E. M. C e MALFARÁ C. T. Auto Conceito e Imagem Corporal em Crianças Obesas, São Paulo. Paidéia, v. 15, n. 30, p. 131-139, 2005.

CASTILHO, S.M. A imagem corporal. 1.ed. Santo André, SP: ESETec Editores Associados, 2001.

CERVO, A. L. Metodologia Científica. 6ª ed. São Paulo: Pearson Hall, 2007.

CONDE, W. L. MONTEIRO, C. A. Valores críticos do Índice de Massa Corporal para classificação do estado nutricional de crianças e adolescentes brasileiros. Jornal de Pediatria (Rio J.) v. 82, n. 4, 2006.

CONTI, M. A. FRUTUOSO, M. F. P. e GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. Revista Nutrição, v.18, n.4, p. 491-497, 2005.

CORSEUIL, M.W.; PELEGRINI, A; BECK, C; PETROSKI, E.L. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com a inadequação nutricional em adolescentes. Revista da Educação Física / Universidade Estadual de

Maringá, v.20, n.1, p.25-31, 1. trim. 2009.

DOLTO, Françoise. A Imagem Inconsciente do Corpo. São Paulo:Ed Perspectiva,1984

ERIKSSEN G, LIESTOL K, BJORNHOLT J, THAULOW E, SANDVIK L, ERIKSEN J. Changes in physical fitness and changes in mortality. Lancet 1998;5:352:759-62.

ERLICHMAN J, KERBEY AL, JAMES WP. Physical activity and its impact on health outcomes. Paper 1: The impact of physical activity on cardiovascular disease and all-cause mortality: an historical perspective. Obes Rev 2002;3:257-71. [

FARIAS, E.S.; SALVADOR, M.R.D. Antropometria, composição corporal e atividade física de escolares. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, Santa Catarina, v.7, n. 1, p. 21-29, 2005.

Fernandes AER. Avaliação da imagem corporal, hábitos de vida e alimentares em crianças e adolescentes de escolas públicas e particulares de Belo Horizonte. Dissertação. Belo Horizonte. Universidade Federal de Minas Gerais, 2007.

\_\_\_\_\_; FRUTUOSO, M. F. P.; GAMBARDELLA, A. M. D. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. Revista de Nutrição, Campinas, SP, v. 18, p. 491-97, jul./ago. 2005a.

GARDNER, R. M. Body Image Assessment of Children. In: CASH, T.; PRUZINSKY, T. Body Image: a handbook of theory, research & clinical practice. New York: Guilford, 2004. p. 65-73.

GIORDANI, R. C. F.: A auto-imagem corporal na anorexia nervosa: Uma abordagem sociológica. Psicologia & Sociedade, v. 18, n. 2, p. 81-88, 2006.

HART, E. A. Avaliando a imagem corporal. In: TRITSCHLER, K. Medida e avaliação em Educação Física e esportes de Barrow & McGee. Barueri, SP: Manole, 2003. p. 457-488.

IBEGE- Dados amostrais e estimativas populacionais das medianas de altura e peso da população, por sexo, segundo a idade e os grupos de idade e peso da população, por sexo, segundo a idade e os grupos de idade.

Acesso em:  
[http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008\\_2009\\_e\\_ncaa/comentario.pdf](http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_e_ncaa/comentario.pdf)

JOHNSON, W.G.; SCLUNDT, D.G. Eating disorders: assessment and treatment. Clin Obstet Gynecol, Philadelphia, v.28: p.598-613, 1985.

JONES, D. C. Body Image among adolescent girls and boys: a longitudinal study. Developmental Psychology, Seattle, v. 40, p. 823-35, Sept. 2004.

LAZZOLI, J. K. e coletivo de autores. Atividade física e saúde na infânciaadolescência- Rev Bras Med Esporte vol.4 no.4 Niterói July/Aug. 1998  
[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-86921998000400002&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-86921998000400002&script=sci_arttext) acesso em 15/10/2014

LE BOULCH, Jean. O desenvolvimento psicomotor: do Nascimento aos 6 anos. Porto Alegre:Artes Médicas,1982

MALINA, R. M. e BOUCHARD, C. Growth, Maturation and Physical Activity. Human Rinetics Books, Champaign, Illinois, 1991.

McCABE M. et al. Accuracy of body size estimation: Role of biopsychosocial variables. Body Image, Victoria, v. 3, p. 163-71, June 2006.

Ministério da Saúde. DATASUS. Estatísticas vitais – Mortalidade e nascidos vivos.  
<http://portal.saude.gov.br/saude/>

MELLO, E.D. O que significa a avaliação do estado nutricional. Jornal de Pediatria, Porto Alegre, v.78, n. 5, set./out., 2002.

PATE RR, M PRATT, SN BLAIR. Physical activity and public health: a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. JAMA 1995;273:402-7.

PINHEIRO, A. P.; GIUGLIANI, E. R. J. Quem são as crianças que se sentem gordas apesar de terem peso adequado? J. Pediatr., Rio de Janeiro, v. 82, n. 3, p. 232-5, set. 2006.

OLIVEIRA, Edna.R.N .Sobrepeso e obesidade em crianças de diferentes níveis econômico. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano 2010, 12(2):83

SANDS, E.R.; WARDLE, J. Internalization of ideal body shapes in 9-12-year-old girls. Int J Eat Disord, Oxford, v.33, n.2: p.193-204, 2003.

TAVARES, M.C.G.C. Imagem corporal: conceito e desenvolvimento. 1.ed. Barueri, SP: Manole, 2003.

THOMPSON, J. K. Body Image: Eating Disorder and Obesity. Washington D. C.:American Psychological Association, 1996

TIGGEMAN, M. WILSON-BARRETT, E. Children's figure ratings: relationship to self-esteem and negative stereotyping. Int J Eat Disord, v. 23, n. 3, p. 83-88, 1998.

TRICHES, R. M.; GIUGLIANE, E. R. J. Insatisfação Corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. Revista Nutrição, v. 20, n. 2, p. 119-28, 2007.

## **ANEXOS**

**Anexo 1-** Critérios de referência para definição de Baixo Peso, Excesso de Peso e Obesidade para o sexo masculino e feminino respectivamente (CONDE e MONTEIRO, 2006)

**Tabela 1.** Critérios de referência para definição de Baixo Peso, Excesso de Peso e Obesidade para o sexo masculino (CONDE e MONTEIRO, 2006)

<b>Idade</b>	<b>BP</b>	<b>Normal</b>	<b>EP</b>	<b>OB</b>
7 anos	< 12,96	12,96 – 17,87	17,87 – 21,83	> 21,83
8 anos	< 12,91	12,91 – 18,16	18,16 – 22,69	> 22,69
9 anos	< 12,95	12,95 – 18,57	18,57 – 23,67	> 23,67
10 anos	< 13,09	13,09 – 19,09	19,09 – 24,67	> 24,67
11 anos	< 13,32	13,32 – 19,68	19,68 – 25,58	> 25,58
12 anos	< 13,63	13,63 – 20,32	20,32 – 26,36	> 26,36
13 anos	< 14,02	14,02 – 20,99	20,99 – 26,99	> 26,99
14 anos	< 14,49	14,49 – 21,66	21,66 – 27,51	> 27,51
15 anos	< 15,01	15,01 – 22,33	22,33 – 27,95	> 27,95
16 anos	< 15,58	15,58 – 22,96	22,96 – 28,34	> 28,34
17 anos	< 16,15	16,15 – 23,56	23,56 – 28,71	> 28,71

**Tabela 2.** Critérios de referência para definição de Baixo Peso, Excesso de Peso e Obesidade para o sexo feminino (CONDE e MONTEIRO, 2006)

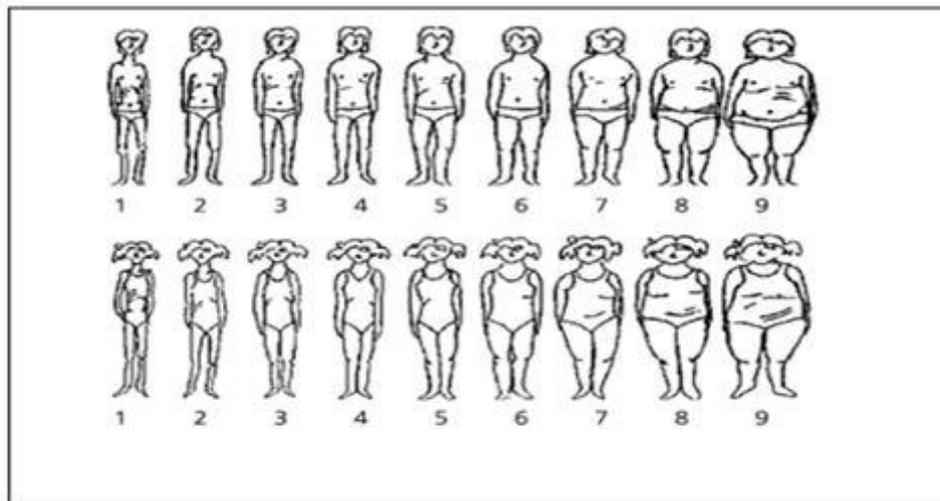
<b>Idade</b>	<b>BP</b>	<b>Normal</b>	<b>EP</b>	<b>OB</b>
7 anos	< 13,10	13,10 – 17,20	17,20 – 19,81	> 19,81
8 anos	< 13,07	13,07 – 17,49	17,49 – 20,44	> 20,44
9 anos	< 13,16	13,16 – 17,96	17,96 – 21,28	> 21,28
10 anos	< 13,40	13,40 – 18,63	18,63 – 22,32	> 22,32
11 anos	< 13,81	13,81 – 19,51	19,51 – 23,54	> 23,54
12 anos	< 14,37	14,37 – 20,55	20,55 – 24,89	> 24,89
13 anos	< 15,03	15,03 – 21,69	21,69 – 26,25	> 26,25
14 anos	< 15,72	15,72 – 22,79	22,79 – 27,50	> 27,50
15 anos	< 16,35	16,35 – 23,73	23,73 – 28,51	> 28,51

**Anexo 2 – Escala das Silhuetas para Avaliação da Imagem Corporal.**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL E  
ANOS INICIAIS

Questionário das Silhuetas para avaliação da imagem corporal.

- 1) Assinale com um X , o desenho que mais se parece com você.
- 2) Circule o desenho que você mais gostaria de se parecer.



Fonte: Tiggemann e Wilson-Barret (1998)

## APÊNDICES

## Apêndice 1 – Termo de autorização da Escola para a participação dos alunos

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL E  
ANOS INICIAIS

### Termo de autorização

Caro Sr(a) Diretor(a)

Pelo presente documento convidamos sua escola a participar de um projeto de pesquisa intitulado: *A Percepção da Imagem Corporal e o Estado Nutricional em crianças do ensino fundamental*. Nosso principal objetivo é Analisar a percepção da imagem corporal relacionado ao Índice de Massa Corporal (IMC) em escolares, proporcionando um entendimento sobre percepção que esses escolares possuem do seu próprio corpo.

Assim, solicitamos vossa autorização para: (1) Aplicar nos alunos um questionário intitulado como “*escala de silhuetas proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998)*”. (2) Realizar as medições para o IMC( peso e estatura).

Todos os procedimentos serão realizados nas dependências da escola sob a responsabilidade do Prof. Haury Temp, coordenador do projeto e professor titular da UFSM, curso de Pós – graduação em Educação Física escolar infantil e anos iniciais. O pesquisador responsável se mantém a inteira disposição para esclarecimentos sobre todas as atividades propostas, além do mais a direção da escola poderá a qualquer momento retirar sua autorização para a realização do estudo. Ressaltamos que será mantido em sigilo a identidade da escola e de todos os participantes da pesquisa e os dados coletados servirão exclusivamente para fins de pesquisa científica. Todos os relatórios serão entregues a direção da escola e os resultados dos testes estarão disponíveis à direção, ao professor de educação física e aos pais ou responsáveis dos alunos.

Agradecemos vossa colaboração e colocamo-nos a disposição para qualquer esclarecimento, em qualquer etapa da realização do projeto.

Na condição de diretor(a) da Escola....., autorizo a realização da pesquisa *A Percepção da Imagem Corporal e o Estado Nutricional em crianças do ensino fundamental* coordenada pelo Prof.Haury Temp pelo Programa de Pós-graduação em Educação Física Escolar infantil e anos iniciais.

\_\_\_\_\_  
Diretor (a) da Escola

Data\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_

**Apêndice 2 – Termo de autorização da Professora para a participação dos alunos**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL E  
ANOS INICIAIS

Caro Sr(a) Professor (a) Titular

Pelo presente documento convidamos sua escola a participar de um projeto de pesquisa intitulado: *A Percepção da Imagem Corporal e o Estado Nutricional em crianças do ensino fundamental*. Nosso principal objetivo é Analisar a percepção da imagem corporal relacionado ao Índice de Massa Corporal (IMC) em escolares, proporcionando um entendimento sobre percepção que esses escolares possuem do seu próprio corpo.

Assim, solicitamos vossa autorização para: (1) Aplicar nos alunos um questionário intitulado como “*escala de silhuetas proposta por Tiggemann e Wilson-Barret (1998)*”. (2) Realizar as medições para o IMC( peso e estatura).

Todos os procedimentos serão realizados nas dependências da escola sob a responsabilidade do Prof. Haury Temp, coordenador do projeto e professor titular da UFSM, curso de Pós – graduação em Educação Física escolar infantil e anos iniciais. O pesquisador responsável se mantém a inteira disposição para esclarecimentos sobre todas as atividades propostas, além do mais a direção da escola poderá a qualquer momento retirar sua autorização para a realização do estudo.

Ressaltamos que será mantido em sigilo a identidade da escola e de todos os participantes da pesquisa e os dados coletados servirão exclusivamente para fins de pesquisa científica. Todos os relatórios serão entregues a direção da escola e os resultados dos testes estarão disponíveis à direção, ao professor de educação física e aos pais ou responsáveis dos alunos.

Agradecemos vossa colaboração e colocamo-nos a disposição para qualquer esclarecimento, em qualquer etapa da realização do projeto.

Na condição de Professor Titular da turma .....da Escola..... autorizo a realização da pesquisa: *A Percepção da Imagem Corporal e o Estado Nutricional em crianças do ensino fundamental* coordenada pelo Prof.Haury Temp pelo Programa de Pós-graduação em Educação Física Escolar infantil e anos iniciais.

---

Professor(a) titular

Data \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

### Apêndice 3 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL E  
ANOS INICIAIS

Prezado (a) Senhor (a)

Eu, Greici Fior, estudante do curso de Pós-graduação em Educação Física Infantil e nos Anos Iniciais, portadora do RG 3084382195, estabelecida na Rua Clementino Luís Viera 194, telefone (54) 81161661, sob orientação do professor Haury Temp, estou desenvolvendo uma monografia que pretende avaliar a imagem corporal através de um questionário e o IMC (índice de massa corporal) através de medidas (Peso e estatura). Os procedimentos serão realizados na escola EMEF Wolmar Salton, durante o turno da aula de Educação Física.

Para tanto, necessito que o Sr. (a) (pai, mãe ou responsável) , autorize a participação de seu filho(a) para responder o questionário e realizar as medições. A participação é voluntária e a identidade da criança será sigilosa. Qualquer informação adicional poderá ser obtida através do telefone citado acima. A qualquer momento o Sr. (a) poderá solicitar informações de esclarecimento e informações sobre o trabalho que está sendo realizado e, sem qualquer tipo de cobrança.

#### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Fui suficiente informado (a) a respeito das informações que li ou que foram lidas para mim, descrevendo o estudo. Dessa maneira, ficaram claros quais são os objetivos, os procedimentos a serem realizados, a confidencialidade e esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que a participação do menor é voluntária e isenta de quaisquer despesas, e que tenho garantia de acesso aos resultados e de esclarecer dúvidas a qualquer tempo.

Eu, \_\_\_\_\_, autorizo o aluno \_\_\_\_\_ a participar voluntariamente deste estudo.

\_\_\_\_\_  
Responsável pelo aluno

Data \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Responsável pela pesquisa