



IMAGEM CORPORAL E COMPORTAMENTO ALIMENTAR ENTRE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

BODY IMAGE AND EATING BEHAVIOR AMONG UNIVERSITY STUDENTS: A LITERATURE REVIEW

Débora Milani¹, Silvana Maria dos Santos², Telma Souza e Silva Gebara³

Resumo

A imagem corporal representa a percepção da forma do próprio corpo. Essa compreensão é multifatorial e inclui fatores psicológicos, físicos e emocionais. As diferenças entre as percepções da imagem corporal subjetiva e o desejo por uma forma corporal ideal podem interferir na satisfação e motivar um desejo por mudanças na aparência, que influenciam diretamente na saúde e bem-estar geral dos indivíduos, uma insatisfação notada frequentemente em estudantes universitários. O objetivo desta revisão de literatura foi avaliar como a insatisfação corporal influencia os hábitos e o comportamento alimentar em estudantes universitários. A metodologia de pesquisa utilizada foi a busca nas bases de dados SciELO, Portal de periódico Capes e Pubmed, utilizando os seguintes descritores: “imagem corporal”, “insatisfação corporal”, “estudantes universitários”. Esta revisão buscou na literatura apenas estudos com delimitação do período com abrangência de 2016 a 2020. Assim, foram inclusos nesta revisão quarenta e um estudos, os quais demonstraram a prevalência de insatisfação corporal em estudantes universitários, o que repercutiu na mudança de comportamento alimentar em busca da idealização do corpo ideal, assim como demonstraram que multifatores podem estar associados à insatisfação corporal, sendo esse um dos motivos no aumento da preocupação da área da saúde quanto ao surgimento hábitos alimentares desordenados.

Palavras-chave: Imagem corporal. Comportamento alimentar. Estudantes universitários

Abstract

Body image represents the perception of the shape of the body itself. This understanding is multifactorial and includes psychological, physical, and emotional factors. The differences between perceptions of subjective body image and the desire for an ideal body shape can interfere with satisfaction and motivate a desire for changes in appearance, which directly influence the general health and well-being of individuals, a dissatisfaction that is frequently noticed in university students. The aim of this literature review is to assess how body dissatisfaction influences eating habits and behavior in university students. The research methodology used was a research in the SciELO databases, Capes journal Portal and Pubmed, using the following descriptors: “body image”, “body dissatisfaction”, “university students”. This review only searched in the literature for studies with period delimitation covering 2016 to 2020. Thus, forty-one studies were included in this review, which demonstrated the prevalence of body dissatisfaction in university students, leading to repercussions on the change in eating behavior in search for the idealization of the ideal body. They also demonstrated that multifactors can be associated with body dissatisfaction, which is one of the reasons for the increased concern in the health area regarding the emergence of disordered eating habits.

Keywords: Body image. Eating behavior. University students.

1 Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Tuiuti do Paraná (Curitiba, PR).

2 Docente do curso de Nutrição da Universidade Tuiuti do Paraná (Curitiba, PR).

3 Docente do curso de Nutrição da Universidade Tuiuti do Paraná (Curitiba, PR).



1 Introdução

A imagem do próprio corpo e a percepção de cada ser humano a respeito do seu biotipo corporal tem sido moldado à determinados padrões de beleza, modelos estes, amplamente difundidos e influenciáveis pela mídia, que expõem corpos magros, definidos, sem nenhum defeito como algo a ser almejado e buscado (REIS; SOARES, 2017).

A fase jovem adulta é um período marcado por diversas transformações, dentre elas, hábitos e comportamento alimentar, que resultam muitas vezes na insatisfação corporal, tais fatores são de extrema proeminência nesta idade. A autopercepção corporal negativa acaba aumentando consideravelmente a probabilidade para o desenvolvimento queda de autoestima, redução de qualidade de vida, assim como transtornos alimentares, comportamentos alimentares inadequados, entre outras consequências de agravo da condição de saúde e o estado saudável (ROUNSEFELL, *et al.* 2020).

A crescente prevalência quanto a desordens alimentares e insatisfação corporal vêm sendo um alerta e precisam de uma atenção especial dos profissionais de saúde, isto, pois, este número vem crescendo consideravelmente principalmente em ambientes universitários. (MOMENI; GHORBANI; ARJEINI, 2020).

Os efeitos e as consequências destas atitudes alimentares desordenadas são algo que têm preocupado os sistemas de saúde, e embora haja diversos fatores associados ao surgimento de transtornos e distorção da imagem corporal, é substancialmente importante avaliar o quanto este problema tem acometido diversas partes da população, principalmente estudantes universitários, advindas de condições biológicas, emocionais, psicológicas, familiares e sociais, assim como contribuição da mídia (MARTINEZ *et al.* 2019).

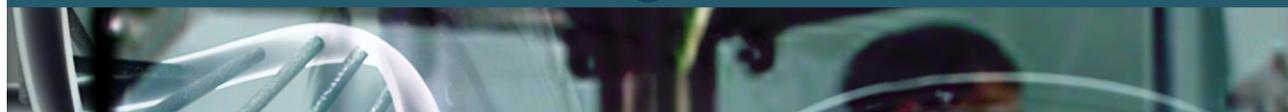
Diante desta perceptiva, o objetivo deste estudo foi compilar os resultados de trabalhos que avaliam como a insatisfação corporal influencia os hábitos e o comportamento alimentar em estudantes universitários.

2 Métodos

Realizou-se, para fins desse estudo, uma revisão da literatura por meio de busca eletrônica de artigos indexados, em três bases de dados. Optou-se pela utilização das bases: PubMed, SciELO e Portal de Periódicos CAPES. As buscas foram realizadas durante os meses de abril a maio de 2021.

Foram utilizados os seguintes termos indexados no sistema de Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “imagem corporal”, “insatisfação corporal”, “estudantes universitários”, fazendo-se uso do operador booleano “AND”, no idioma inglês e português, do qual todos os termos estão associados ao tema do estudo.

Como critério de inclusão, quanto ao corte temporal, observou o ano de publicação, sendo utilizados somente artigos científicos publicados nos últimos 5 anos (2016 à 2020), cuja população



de estudo fossem estudantes universitários. Não foram incluídos, livros, capítulos de livros, carta aos editores, resenhas de livros e revistas não científicas.

Na base de dados PubMed, foi feita uma busca utilizando as seguintes palavras-chave em inglês: “*body image*” AND “*university students*”, “*body dissatisfaction*” AND “*university students*”, o termo AND é chamado de mecanismo boleador e permite a associação de duas palavras ou termos chaves. Na opção de filtros selecionou-se a opção “*publication date*” a opção 5 anos, na opção “*article type*” optou-se pela seleção de “ensaios clínicos, meta-análise, teste controlado e aleatório, análises e revisões sistemáticas.

No Scielo realizou-se a busca utilizando as palavras-chave no idioma português, “imagem corporal” AND “estudantes universitários”, “insatisfação corporal” AND “estudantes universitários”, na opção dos filtros, foi selecionado na opção “tipo de literatura” somente o item “artigo”, bem como a delimitação temporal de 2016 à 2020.

Por fim, no portal de periódicos CAPES, foi feita busca, com os seguintes termos: “imagem corporal” AND “estudantes universitários”, “insatisfação corporal” AND “estudantes universitários”, no idioma português, na opção avançada na seção “refinar meus resultados” e “tipo de recurso” do qual decidiu-se pela seleção somente de artigos.

No total foram encontrados 41 artigos sobre imagem corporal, insatisfação corporal nas bases de dados pesquisadas, de acordo com as estratégias de busca traçadas. A Tabela 1 apresenta o número de artigos identificados em cada base de dados a partir das combinações das palavras-chave.

Tabela 1 – Número de publicações encontradas nas bases de dados.

	PubMed	SciELO	CAPES
“Imagem corporal” AND “estudantes universitários”	5	16	48
“Insatisfação corporal” AND “estudantes universitários”	4	9	27
Total inicial	9	25	75
Critérios de exclusão			
Total inicial em cada base	9	25	75
Não disponíveis na íntegra	1	0	0
Artigos em duplicata	3	13	28
Amostra não composta de estudantes universitários	0	1	22
Total para análise	5	11	25

Fonte: Autoria própria (2021).

Para determinar o número de itens identificados que se adequavam aos requisitos desta revisão, foram estabelecidos critérios de exclusão. Deste modo, foram analisados 41 artigos ao total. A Figura 1 apresenta a descrição do processo de exclusão, considerando o total de artigos identificados, de acordo com o banco de dados.

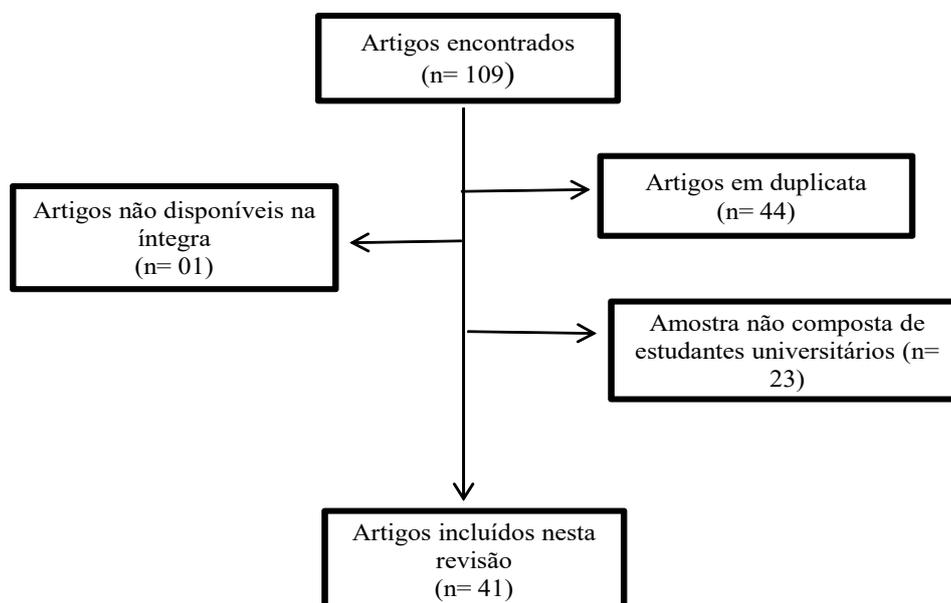
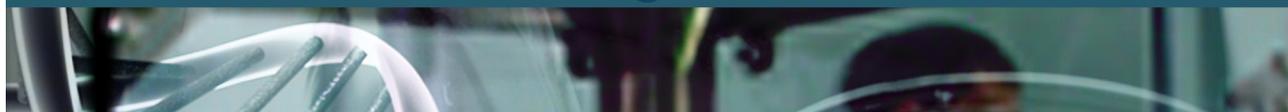


Figura 1. Número de publicações excluídas considerando o total de artigos
Fonte: Autoria própria (2021).

Dos artigos selecionados e inclusos nesta revisão, os quais avaliaram a imagem e a insatisfação corporal em estudantes universitários, foram destacados o ano de publicação, a autoria, o título do estudo, a base de dados e a revista, conforme apresentada na Tabela 2.

Tabela 2 – Publicações inclusas nesta revisão.

Ano	Autor (es)	Título	Base de dados	Revista
2016	Souza, A.C. de.; Alvarenga, M. dos S.	Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa.	SciElo	Jornal Brasileiro de Psiquiatria, vol.6.
2016	Baia, F. C., Romanholo, R. A.; Pereira, J. E.; Almeida, F. M.	Prevalência de excesso de peso em universitários de uma instituição de Ensino privada de um município da Amazônia Legal-RO/Brasil.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira De Prescrição E Fisiologia Do Exercício, vol.10.
2016	Belem, I. C.; et al.	Associação entre comportamentos de risco para a saúde e fatores sociodemográficos em universitários de educação física.	SciELO	Motricidade, vol.12.
2016	Dias, P. S.; et al.	A Imagem Corporal Masculina Padronizada e sua Influência sobre os Valores Alimentares, as Atitudes e o Comportamento Alimentar em Universitários.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Marketing , vol. 15.
2017	Ainett, W. do S. de O.; Costa, V. V. L.; & de Sá.	Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.11.



2017	Ferreira, D.Q. C.; Castro, F. N.; Lopes, F. de A.	Influência da formação acadêmica em Nutrição na expressão da neofobia alimentar.	Portal de periódico Capes	Ciência e Saúde Coletiva, vol. 22.
2017	Koritar, P.; Alvarenga, M.dos S.	Fatores relevantes para uma alimentação saudável e para estar saudável na perspectiva de estudantes de nutrição.	Portal de periódico Capes	Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde , vol. 12.
2017	Paiva, A. de A.; et al.	Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública.	Portal de periódico Capes	Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde , vol. 12.
2017	Silva, F.F.; Silva, R. V. da.; Sá, O. M. de S.	Análise antropométrica, dietética e de desempenho acadêmico de estudantes de educação física.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, vol. 11.
2018	Cruz, R. T.; et al.	Verificação do estado nutricional de estudantes do curso de nutrição Das faculdades integradas de Bauru-SP com enfoque na ortorexia.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.12.
2018	Maciel de Sá, V.;et al.	Estado nutricional e uso de suplementos alimentares por acadêmicos de nutrição da Universidade Federal do Tocantins.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, vol. 12.
2018	Mendes, J. C. da. S.; et al.	Autoconsciência da aparência e a adaptação no ensino superior: Estudo exploratório.	Portal de periódico Capes	Revista portuguesa de investigação comportamental e social, vol. 4.
2018	Nogueira, P. S.; et al.	Estudo Longitudinal sobre Estilo de Vida e Saúde de Estudantes Universitários (ELESEU): desenho, procedimentos metodológicos e resultados preliminares.	Scielo	Cadernos de Saúde Pública, vol.34.
2018	Pennesi, J.L.; Wade, T.D.	Reescrita de imagens e dissonância cognitiva: um ensaio randomizado controlado de duas breves intervenções online para mulheres em risco de desenvolver um transtorno alimentar.	Pubmed	International Journal of Eating Disorders, vol. 51.
2018	Pinhatti, M. M.; Castro, T.G. de.; Gomes, W.B.	Percepção da imagem corporal e senso de agência: notas do experimento da mão alienígena.	Portal de periódico Capes	Psico, vol.49.
2018	Regis, J. M. O.;et al .	Sintomas de ansiedade social e insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Medicina: prevalência e correlatos.	Scielo	Jornal Brasileiro de Psiquiatria, vol. 6.
2018	Silva W.R.,D.; Campos, J.A.D.B.; Marôco J.	Impacto de aspectos inerentes à imagem corporal, comportamento alimentar e competência percebida em saúde na qualidade de vida de estudantes universitários.	Portal de periódico Capes	PLoS ONE, vol.13.
2018	Telis, A.P.; et al.	Perfil e hábitos alimentares de acadêmicos ingressantes do curso de nutrição de uma universidade do sul do Brasil.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.12.
2019	Barra, J.V.;et al.	Adaptação transcultural e validação do Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência-4 (SATAQ-4) aplicado a estudantes universitários.	Scielo	Cadernos de Saúde Pública, vol.35.



2019	Castillo I.; Solano S.; Sepúlveda A.R	Um estudo controlado de um programa de prevenção integrada para melhorar a alimentação desordenada e a imagem corporal entre estudantes universitários mexicanos: um acompanhamento de 3 meses.	Pubmed	European Eating Disorders Review, vol.27.
2019	Domingues, G. de S.; et al.	Perfil e práticas alimentares de acadêmicos do curso de Nutrição.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.13.
2019	Job, A. R.; Soares, A. C. de O.	Percepção dos acadêmicos de nutrição sobre a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.13.
2019	Mendoza González, M.F.; Olalde Liberos, G. J.	Autopercepção da imagem corporal e condutas alimentares de risco em estudantes universitários de medicina em Xalapa, Veracruz, México (2014).	Scielo	Revista Ciências de la Salud, vol. 17.
2019	Nascimento, S. B do.; Araújo, Í.L. S. B. de.	Perfil antropométrico e insatisfação corporal de estudantes universitários.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, vol. 13.
2019	Ponte, M. A. V.; et al.	Autoimagem corporal e prevalência de sobrepeso e obesidade em estudantes universitários.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira em Promoção da Saúde, vol. 32.
2019	Silva, L.P. R. da.; et al .	Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários.	Scielo	Einstein (São Paulo), vol. 17.
2019	Silva, W. R. da.; Marôco, J.; Campos, J. A. D. B.	Escala de Influência dos Três Fatores (TIS) aplicada a estudantes universitários: estudo de validação e aplicação.	Scielo	Cadernos de Saúde Pública, vol. 35.
2019	Silveira, M.G.; et al.	Conhecimento de acadêmicos de nutrição sobre alimentação saudável e nutrição esportiva.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, vol. 13.
2019	Sousa, T. F. de.;et al.	Prevalências e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em universitários: análise de inquéritos repetidos.	Scielo	Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, vol.21.
2019	Teixeira Barreto, J. T.; et al.	Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém-PA.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.13.
2019	Teixeira, P. A.; Locatelli, K. M. de M.; Silva, W. R. da.	Preocupação com a forma corporal e avaliação nutricional em estudantes de uma universidade privada.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.12.
2019	Volpe, A. C. C.; et al.	Estima e satisfação com a imagem corporal em estudantes de medicina.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.13.
2020	Alahmar, U.; et al	Fatores associados ao estresse percebido em universitários.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.14.
2020	Cardoso, L.; et al.	Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários.	Scielo	Jornal Brasileiro de Psiquiatria, vol.69.



2020	Cerea, S.; et al.	O treinamento cognitivo-comportamental usando um aplicativo móvel reduz os sintomas relacionados à imagem corporal em estudantes universitários de alto risco: um estudo controlado randomizado.	Pubmed	Behavior Therapy, vol.52.
2020	Duarte, G. E.; et al.	Percepção da imagem corporal de acadêmicos de Educação Física da Universidade Estadual de Montes Claros- MG.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.14.
2020	Harrer, M.; et al.	Prevenção de transtornos alimentares em universidades: uma revisão sistemática e meta-análise.	Pubmed	International Journal of Eating Disorders, vol 53.
2020	Lima, F. É. B.; et al.	Percepção da imagem corporal em universitários de educação física.	Portal de periódico Capes	Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, vol.14.
2020	Lobo, I. L.B.; et al. .	Percepção da imagem e satisfação corporal em estudantes universitários.	SciELO	Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, vol. 22.
2020	Melo, P.V. de P.; Vieira, R.A.L.	Percepção e satisfação da imagem corporal em estudantes de um centro universitário de Recife/Pernambuco.	Portal de periódico Capes	Revista De Ciências Da Saúde Nova Esperança, vol. 18.
2020	Wilson R.E.; et al.	Uma intervenção breve sem dieta aumenta a alimentação intuitiva e reduz a intenção de fazer dieta, a insatisfação com a imagem corporal e as atitudes anti-gordura: um ensaio clínico randomizado.	Pubmed	Appetite.

Fonte: Autoria própria (2021).

3 Desenvolvimento

3.1 Imagem corporal

A imagem do corpo humano corresponde a uma ilustração que o indivíduo idealiza em sua mente, que contém pensamentos e sentimentos relacionados ao tamanho, aparência e forma do próprio corpo, e considera a subjetividade de cada pessoa. Nesse campo, a insatisfação física afeta a imagem corporal construída, ou seja, um sentimento negativo em relação à própria imagem que, neste caso, o indivíduo acaba sofrendo tal idealização em relação ao corpo ideal e ao corpo atual (CARDOSO, *et al.* 2020).

Dentre os fatores que constituem a formação da imagem corporal, podem-se citar a fisiologia, a biologia, a psicologia e a sociologia, que envolvem principalmente questões sociais, que tratam das relações sociais e da influência da mídia na formação das imagens corporais, pontos intimamente relacionados à insatisfação com a aparência (BARRA; *et al.* 2019).

A construção da imagem corporal é uma estrutura pluridimensional, complexa e contendo componentes de percepção, cognição, emoção e comportamento. Essa percepção de autoimagem corporal pode ser positiva e, portanto, fonte de satisfação e felicidade, porém a imagem corporal também pode ser negativa. Um indivíduo com uma imagem corporal negativa é caracterizado por



percepções, pensamentos e sentimentos negativos sobre seu corpo e aparência. Frequentemente, estes indivíduos costumam realizar comportamentos repetitivos que consomem tempo, como por exemplo, verificar o espelho e buscar segurança, evitam comportamentos relacionados à imagem corporal como, expor o corpo e tocar partes do corpo por conta própria (CEREA; *et al.* 2020).

Entrar na universidade significa passar por várias mudanças no estilo de vida dos indivíduos, isto, pois estão relacionados à transição da juventude da qual traz mudanças biológicas e instabilidade psicossocial fazendo com que este público se torne mais vulnerável ao estresse social relacionada ao corpo, essa insatisfação com a aparência e com a autoimagem tem sido significativa em cursos da área da saúde (TEIXEIRA BARRETO; *et al.* 2019).

A construção da autoimagem se dá pelo passar do tempo, por meio de experiências e situações vivenciadas e, além da cognição, está relacionada aos desejos, atitudes emocionais e padrões impostos pela sociedade e pela mídia. Mediante à alta exposição destes padrões de beleza, aumenta-se a propensão em se desenvolver uma percepção negativa e insatisfatória quanto ao corpo e levando os indivíduos a ter desenvolver comportamentos alimentares inadequados e nocivos à saúde (AINETT; *et al.* 2017).

3.2 Imagem corporal e sua relação com o comportamento alimentar em estudantes

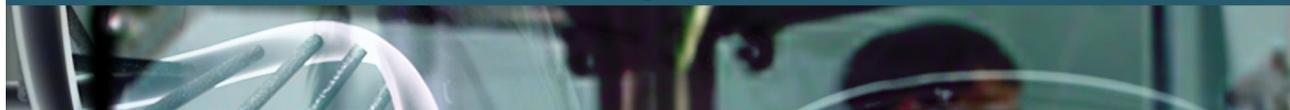
Bons hábitos de vida são essenciais para a manutenção da qualidade de vida e da saúde, e o comportamento alimentar é um dos aspectos que afetam de forma decisiva a saúde. Estabelece-se a relação entre hábitos alimentares e saúde, sendo evidente a influência dos hábitos alimentares no desenvolvimento da vida humana e nas condições físicas, intelectuais e emocionais (DOMINGUES; *et al.* 2019).

O comportamento alimentar abrange princípios complexos, e é afetado por diversos aspectos que norteiam o ato de se alimentar, bem como condições socioeconômicas, e devido à ligação destes fatores, o conhecimento sobre questões nutricionais e o impacto destas sobre os alimentos, são variáveis que alteram o comportamento alimentar e as escolhas individuais, moldadas nas diferentes etapas da vida das pessoas. (DOMINGUES; *et al.* 2019).

Devido à algumas particularidades que o ambiente universitário apresenta, como por exemplo, novos convívios sociais, vivências cotidianas diferentes, formação de novos hábitos e comportamentos, tem-se alteração também de hábitos alimentares (BAIA; *et al.* 2016).

Aspectos relacionados com a insatisfação corporal, transtornos alimentares, variáveis ambientais, hábitos alimentares ruins, propiciam o surgimento de consequências e agravo nas condições de saúde como transtorno alimentar e obesidade (CASTILLO; SOLANO; SEPÚLVEDA, 2019).

Transtornos e problemas alimentares em estudantes universitários estão relacionados a diversas consequências prejudiciais para os indivíduos e a sociedade, incluindo diminuição do desempenho e disfunção acadêmica, além de doenças físicas e mentais, suicídio e mortalidade



relacionada. Considerando os efeitos negativos de longo prazo dos transtornos alimentares, a prevalência de transtornos alimentares entre os indivíduos na faculdade é alta, visto que cerca de 80% dos pacientes com transtornos alimentares não são tratados e a prevenção oportuna de transtornos alimentares deve ser a principal prioridade da saúde pública (HARRER; *et al.* 2020).

Os anseios em adotar uma dieta saudável geralmente estão relacionados ao conceito de que alimentação saudável aumentará a autoestima e melhorará a aparência física, fazendo-se uma crítica e julgamentos sobre os valores morais durante a alimentação - por exemplo, a vontade de mudar os hábitos alimentares de outras pessoas. Tais atitudes podem indicar algum transtorno de comportamento, este, mais comum entre estudantes da nutrição e profissionais de saúde, muitas vezes não são advertidos porque encontrar alimentos saudáveis é estimulado pela sociedade para alcançar saúde, bem-estar e longevidade (KORITAR; ALVARENGA, 2017).

A excessiva valorização por corpos definidos e sem imperfeições pode ocorrer e tal fato tem provocado um desconforto na sociedade científica, uma vez que o fator “saúde” vai além dos padrões que são fortemente valorizados e divulgados pela mídia e podem impactar de maneira significativa a vida das pessoas pela busca de determinados padrões que não se preocupam com o estado nutricional destes indivíduos, mas se sobrepõe a um padrão estético (TEIXEIRA; *et al.* 2019).

3.3 Discussão sobre insatisfação corporal e comportamento alimentar

No quadro 1, apresenta-se um resumo dos estudos quanto: ano e autor(es), tipo do estudo, objetivos e resultados mais relevantes encontrados em cada um dos estudos.

Quadro 1 – Resumo dos estudos sobre imagem e insatisfação corporal em estudantes universitários.

Autor / ano	Tipo de estudo	Objetivo do estudo	Resultados mais relevantes
Ainett; et al.2017.	Transversal, quantitativo, descritivo.	Verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados, em estudantes de Nutrição.	Foi observada alta incidência quanto à insatisfação corporal entre estudantes de nutrição, sendo esta relacionada com a magreza e ao excesso de peso.
Souza; Alvarenga, 2016.	Revisão integrativa da literatura.	Caracterizar a insatisfação corporal entre estudantes universitários.	A insatisfação quanto à imagem corporal é variável e ampla tendo diversas vertentes, principalmente em universitários.
Baia, et al. 2016.	Transversal, quantitativo, descritivo.	Verificar a prevalência de sobrepeso e obesidade entre universitários com idade de 18 a 50 anos de uma instituição de ensino privada de um município da Amazônia Legal-RO/Brasil.	Verificou-se de modo geral os estudantes encontravam-se na faixa normal de peso, observando-se uma prevalência quanto ao sobrepeso e obesidade em homens, indicando assim, uma necessidade de incentivo quanto hábitos alimentares saudáveis, prática de exercícios de modo a minimizar os riscos de saúde para esta população.



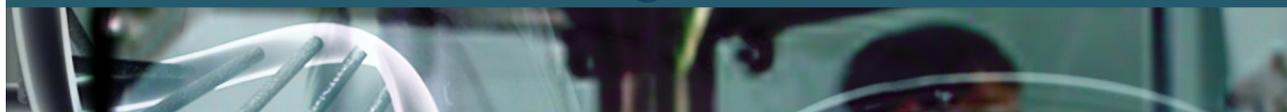
Barra, et al. 2019.	Estudo metodológico, com delineamento amostral não probabilístico por conveniência.	Traduzir e adaptar culturalmente o Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência-4 (SATAQ-4) para a língua portuguesa e avaliar sua validade e confiabilidade quando aplicado a estudantes brasileiros.	Desenvolvimento de um instrumento aplicado à estudantes brasileiros, para a avaliação das atitudes socioculturais em relação à aparência nesta população.
Teixeira Barreto, et al. 2019.	Transversal, quantitativo, descritivo.	Verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados, em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém-PA.	O estudo constatou maior predominância de insatisfação corporal, em mulheres, evidenciando o anseio em ter um corpo magro, destacando-se entre tais achados que a amostra é constituída por futuros profissionais da área da saúde.
Belem, et al. 2016.		Analisar a associação entre comportamentos de risco para a saúde e fatores sociodemográficos de estudantes universitários de Educação Física.	Entre universitários dos cursos de educação física, gênero masculino, solteiros, dos últimos anos do curso, período noturno, sem religião, de menor renda econômica, com pais com baixa escolaridade deparam maiores chances de adotar comportamentos de risco para a saúde.
Cardoso, et al. 2020.	Descritivo, de caráter transversal e abordagem quantitativa.	Avaliar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e os fatores associados entre universitários da área da saúde.	A predominância com a insatisfação da imagem corporal nos universitários foi baixa, contudo fatores sociodemográficos, (cor da pele), estilo de vida (tratamento para perder peso e atitudes para transtorno alimentar), estado de saúde e condições clínicas e antropométricas (ansiedade e CC) indicaram-se conexos com essa prevalência. A percepção da própria imagem é determinante para mudanças de comportamento, especialmente alimentar, logo, com a presença da insatisfação, é comum a adoção de atitudes alimentares e práticas de redução de peso inadequadas, advinda da preocupação excessiva com o peso, que vão desde a restrição alimentar severa até episódios de compulsão seguidos de métodos compensatórios como indução de vômitos, uso de laxantes e excesso de atividade física, caracterizando os transtornos alimentares.
Castillo, et al. 2020.		Examinar os efeitos de um pré-integrado programa de prevenção em estudantes universitários por meio de um exploratório controlado estudo que teve como alvo fatores predisponentes específicos de distúrbios alimentares e obesidade relacionada à alimentação saudável, atividade física, satisfação com a imagem corporal e desempenho pressão prevista para ser magro.	Ficou evidenciado, neste estudo que o ambiente universitário é um fator determinante que afeta o modo de vida dos alunos. Além disso, o aconselhamento profissional organizado pode ser oferecido nas áreas de Psicologia ou Nutrição para aqueles estudantes que apresentam preocupações em relação à alimentação e ao peso. Neste estudo, 2,8% dos participantes apresentou IMC de 17,5 kg / m ² ou inferior e 4,1% de obesidade, ambas as populações seriam pretendente potenciais para aconselhamento de saúde profissional.



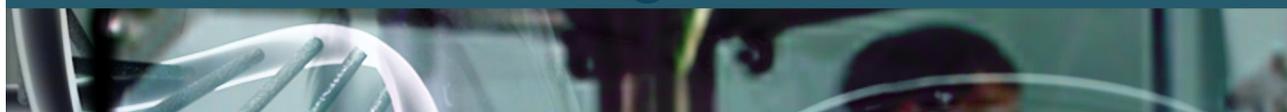
Cerea, et al. 2020.	Estudo controlado randomizado com um desenho cruzado.	Avaliara eficácia de um aplicativo móvel, baseado em princípios cognitivo-comportamental, na redução insatisfação corporal e sintomas de transtorno dismórfico do corpo / transtornos alimentares em universitárias consideradas em alto risco de desenvolver Distúrbios da Imagem Corporal (BIDs).	O estudo constatou uma dominância quanto insatisfação corporal entre mulheres jovens, sendo este fator para desencadear transtorno dismórfico, os resultados apresentados demonstraram que treinos de em média 3 minutos por 16 dias, levou a redução leves quanto a insatisfação corporal, e reduziram também impactos negativos e pensamentos e comportamentos que acabavam por abalar a imagem corporal.
Cruz, et al. 2019.	Pesquisa de campo.	Verificar por meio de uma anamnese alimentar o perfil de estudantes de nutrição, como também a tendência ao quadro de ortorexia nervosa e distorção da imagem corporal, utilizando os questionários Body Shape Questionary (BSQ) e Orto-15.	Os achados deste estudo indicaram que maior parte da população estudada se encontra eutrofica, com circunferência abdominal normais, porém com tendência ao quadro de ortorexia, embora a maioria não tenha distorção da imagem corporal. Conclui-se que apesar dos estudantes de nutrição buscarem hábitos alimentares e estilo de vida saudáveis, este comportamento não pode se tornar obsessivo, para não favor um quadro de ortorexia.
Silva, et al. 2019.	Estudo observacional, transversal, com amostragem não probabilística delineada por conveniência.	Estimar os indicadores psicométricos da TIS (Influência dos Três Fatores) e identificar o grau de influência da mídia, pais e amigos na aparência corporal de universitários considerando diferentes características.	Foram observados neste estudo, entre os estudantes, maiores valores para o grau moderado e alto entre as mulheres, tanto no que se refere à influência da mídia quanto à dos amigos. Em comparação à literatura as evidências relacionadas às pressões socioculturais em relação à aparência vão à mesma direção dos resultados do presente estudo.
Sousa, et al. 2019.	O estudo é considerado um painel híbrido, conduzindo duas pesquisas transversais em dois anos diferentes.	Comparar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre duas pesquisas e para avaliar fatores sociodemográficos e ligação com associações de universidades com insatisfação com a imagem corporal devido ao sobrepeso e magreza.	A prevalência de insatisfação com a imagem corporal devido ao excesso de peso entre as pesquisas foi maior em homens e foram associadas a menores chances de insatisfação devido ao excesso de peso em ambas as pesquisas e em alunos mais jovens.
Dias, et al. 2016.	Estudo de natureza exploratória, e de abordagem quantitativa	Avaliar a correlação da imagem corporal desejada e percebida, bem como sua discrepância com valores, atitudes e comportamento alimentar em universitários do gênero masculino.	O estudo obteve em seus resultados que boa parte dos pesquisados estão insatisfeitos com a sua imagem corporal. Verificou-se também que o modo como se percebe o corpo, a forma corporal que se deseja e a distância entre as duas na escala utilizada que foi denominada neste estudo por discrepância estão correlacionadas de forma significativas a variáveis distintas de valores atitudes e comportamento em relação à alimentação.
Domingues, et al. 2019.	Estudo transversal e descritivo.	Descrever o perfil e práticas alimentares de acadêmicos do curso Nutrição.	Os resultados mostram que as mulheres possuem uma preocupação maior com hábitos alimentares saudáveis e imagem corporal, a preocupação dos estudantes com as refeições e a saúde é permanente. O estudo apontou que há preocupação dos estudantes tanto na qualidade dos hábitos alimentares assim como na escolha de ambientes saudáveis para realizar as refeições.
Duarte, et al. 2020.	Estudo quantitativo, descritivo, com delineamento transversal.	Avaliar a percepção dos acadêmicos do curso de Educação Física quanto a imagem corporal, e a influência de fatores sociodemográficos, hábitos de vida e perfil antropométrico na percepção desta autoimagem.	Vasta parcela dos participantes evidenciou estar insatisfeita com sua imagem, sendo que ser do sexo feminino e classificado com sobrepeso/obeso foi os fatores mais dominantes.



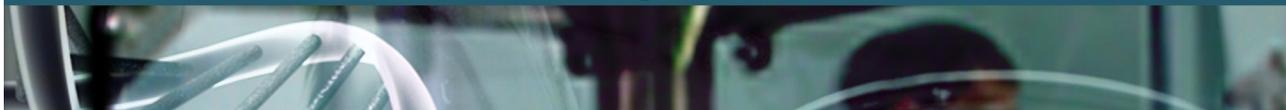
Ferreira, et al. 2017.	Estudo transversal.	Avaliar a influência da formação acadêmica em Nutrição na expressão do comportamento alimentar neofóbico.	Os resultados foram que os estudantes que estavam o início do curso de Nutrição apresentaram maiores escores de neofobia alimentar do que os do final. Porém, essa diferença não foi observada quando se comparou com os estudantes ingressantes e concluintes de outros cursos de graduação.
Mendoza Gonzalez, et al. 2019.	Estudo analítico transversal.	Determinar a relação entre os índices de insatisfação com a imagem corporal e distorção da imagem corporal e de risco comportamentos alimentares em uma população universitária de estudantes de medicina em Veracruz, México.	A percepção do estado de saúde, da imagem corporal ou traços de distorção ou insatisfação sugerem que um peso maior pode ter incidência determinante em estilos de vida que estão ligados a hábitos não saudáveis de emagrecimento, desde que o imaginário corporal permaneça vinculado a um estado magro, e silhueta dentro dos padrões baseados em estereótipos atuais; condição que implica a vinculação com valores cada vez maiores de prevalência em um setor tão vulnerável da população como o adolescente e o jovem.
Harrer, et al. 2020.	Revisão sistemática e meta-análise.	Avaliar e sintetizar meta-analiticamente evidências sobre a eficácia das intervenções preventivas de transtorno alimentar em contextos universitários sobre sintomas de transtorno alimentar e taxas de incidência, bem como sobre fatores de risco de transtorno alimentar e resultados de funcionamento social.	Os resultados encontrados foram pequenos efeitos nos sintomas globais de transtorno alimentar, preocupações com o peso e sintomas afetivos. A heterogeneidade entre os estudos foi principalmente moderada, mas considerável para os sintomas globais de transtorno alimentar, dieta, preocupações com o peso e insatisfação corporal.
Job; Soares, 2019.	Pesquisa de campo, exploratória, descritiva, quantitativa e transversal.	Avaliar como os acadêmicos do curso de Nutrição de uma instituição privada no município de Vitória-ES estão percebendo a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso.	O estudo evidenciou que existe associação entre os primeiros períodos acreditarem mais na efetividade de dietas restritivas, sendo que, na medida em que os mesmos se aprofundam em relação ao conhecimento da grade curricular, existe uma tendência de deixarem de acreditar em dietas restritivas para o emagrecimento.
Koritar; Alvarenga, 2017.	Estudo transversal.	Avaliar fatores considerados relevantes para uma alimentação saudável e para estar saudável, atitudes com relação à alimentação, ao corpo e ao nutricionista entre estudantes de Nutrição.	O estudo observou uma preocupação entre os alunos de nutrição quanto a busca pela alimentação saudável, sendo importante a estes futuros profissionais uma avaliação crítica e profissional quanto aos impactos destes comportamentos perante a sociedade.
Silva, et al. 2019.	Estudo transversal.	Verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e sua associação com variáveis sociodemográficas, econômicas, antropométricas e atividade física de universitários.	As conclusões do estudo foram que a prevalência da insatisfação corporal foi registrada em mais da metade dos indivíduos avaliados e esteve associada ao estado nutricional, notadamente as mulheres que estavam com estado nutricional normais, estavam ainda assim insatisfeitas com a própria imagem corporal.
Lima, et al. 2020.	Estudo descritivo, quantitativo,	Investigar a satisfação com a imagem corporal em acadêmicos dos cursos de Educação Física.	O estudo averiguou que as mulheres são insatisfeitas pelo excesso de peso, quando analisado o IMC associado ao desejo de diminuir a silhueta. Em compensação, os homens apresentaram homogeneidade.



Lobo, et al. 2020.		Avaliar a percepção subjetiva da imagem corporal e a satisfação com as formas do corpo entre homens e mulheres.	Os resultados do estudo indicam que tanto homens quanto mulheres incluíram uma alta taxa de insatisfação com a imagem corporal, sem diferenças entre gêneros. Além disso, as mulheres também tinham uma percepção subjetiva da imagem corporal ideal que divergia da imagem corporal real. Por causa disso, pode-se dizer que as fortes pressões impostas pela sociedade e os padrões estabelecidos pela mídia prevalece na determinação da insatisfação com a imagem corporal ou autoavaliação negativamente, independentemente do sexo.
Mendes, et al. 2018.	Estudo exploratório	Avaliar possíveis relações entre as preocupações com aparência, nomeadamente a autoconsciência da aparência, e a adaptação ao Ensino Superior por parte de estudantes portugueses.	Existe uma relação entre gênero e imagem corporal. Os alunos que têm menor concentração de sentimentos negativos no corpo têm maior relação com as dimensões sociais, cognitivas e contextuais que se adaptam ao ensino superior. As preocupações com a aparência e a adaptação emocional pessoal estão inter-relacionadas, ou seja, a aceitação da aparência parece estar relacionada à adaptação e ao desenvolvimento da identidade de adultos emergentes.
Alahmar, et al. 2020.	Estudo observacional, do tipo transversal.	Avaliar o estresse percebido em universitários e analisar a relação entre este e estado nutricional, variáveis socioeconômicas e demográficas.	A conclusão do estudo notou que parte dos participantes se encontra com excesso de peso (pré-obesidade e obesidade) e pertence ao grupo de maior estresse, mas no estudo não foi encontrado relação entre o estresse percebido em estudantes e o estado nutricional dos mesmos.
Nascimento; Araújo, 2020.	Estudo descritivo e transversal.	Avaliar o perfil antropométrico e insatisfação corporal de estudantes universitários.	O estudo verificou que uma pequena parcela apresentou algum tipo de insatisfação corporal, no qual, pode estar associado as pressões exercidas pela sociedade quanto aos padrões de beleza impostos e que estes podem influenciar na presença da insatisfação.
Nogueira, et al. 2018.	O estudo tem como base uma coorte dinâmica.	Descrever o delineamento e procedimentos metodológicos adotados pelo Estudo Longitudinal sobre Estilo de Vida e Saúde em Estudantes Universitários (ELESEU).	O estudo ELESEU foi elaborado para avaliar o impacto da vida universitária nos comportamentos relacionados ao estilo de vida e às condições de saúde dos alunos, bem como, a partir de ferramentas e indicadores amplamente utilizados em pesquisas nacionais e internacionais possibilitará a coleta de dados confiáveis, permitindo a comparabilidade dos resultados.
Paiva, et al. 2017.	Estudo transversal.	Avaliar a associação entre a percepção da imagem corporal e o estado nutricional.	O estudo concluiu que a insatisfação com a imagem corporal foi predominante, apresentando-se mais notável entre as concluintes, que tinham uma visão distorcida para o excesso de peso. A insatisfação com a imagem corporal em diferentes graus foi prevalente no estudo, independente do estado nutricional.
Pennesi; Wade, 2018.		Comparar duas breves intervenções online, reescrita de imagens e dissonância cognitiva, a uma condição de controle apenas de avaliação em uma amostra de mulheres jovens insatisfeitas com o corpo em risco de desenvolver um transtorno alimentar.	O estudo piloto acrescenta à literatura inicial, indicando que técnicas baseadas em imagens (por exemplo, reescrever imagens) podem ser úteis em intervenções para transtornos alimentares. Os resultados são os primeiros a fornecer evidências preliminares para o uso de reescrita de imagens no contexto de redução de fatores de risco e aumentando os fatores de proteção para a alimentação desordenada.



Pinhatti, et al. 2018.		A percepção da imagem corporal compreende características representacionais, estáveis e dinâmicas. Examinaram-se uma medida estável da imagem corporal (IC) correlaciona com o senso de agência (SA) de movimentos corporais.	O estudo conclui que os testes de comparação de grupos evidenciaram uma diferença substancial entre os grupos de imagem corporal.
Ponte, et al. 2019.	Estudo transversal, exploratório e quantitativo.	Investigar o sobrepeso/obesidade, a autopercepção da imagem corporal de universitários e as associações entre essas variáveis com características sociodemográficas, vinculadas à Universidade e aos comportamentos relacionados à saúde.	O estudo evidenciou uma alta prevalência de sobrepeso/obesidade e de insatisfação com a imagem corporal entre os universitários. Da qual foi notável que existe associação da prevalência de sobrepeso com faixa etária, sexo, estado civil, trabalho, renda, consumo de carne vermelha, assim como entre a autopercepção da imagem corporal com a autopercepção do estado de saúde, aptidão física e turno de estudo.
Regis, et al. 2018.	Estudo transversal.	Estimar a prevalência, a gravidade e os correlatos de sintomas de Transtorno de Ansiedade Social (TAS) e Insatisfação Imagem Corporal (IIC) em estudantes de Medicina de uma universidade pública brasileira.	O estudo apontou que sintomas de TAS e IIC são problemas comuns e relacionados que devem ser rastreados entre os estudantes de medicina. A identificação de correlatos específicos poderia contribuir para a elaboração de medidas preventivas, minimizando o sofrimento e impacto negativo desses problemas de saúde mental nos relacionamentos e desempenho acadêmico.
Maciel de Sá, et al. 2018.	Estudo transversal, descritivo, de caráter exploratório.	Conhecer a prevalência do uso de suplementos associado ao estado nutricional e percepção corporal de acadêmicos do curso de nutrição.	O estudo apresentou que consumo de suplemento alimentar por acadêmicos do curso de nutrição foi significativo, visto que metade da amostra fazia uso desses produtos.
Silva, et al. 2018.	Estudo transversal com amostragem não probabilística.	Avaliar o impacto de aspectos inerentes à imagem corporal, alimentação comportamento e competência percebida em saúde na qualidade de vida de estudantes universitários.	Observou-se que diferentes aspectos impactam a qualidade de vida de estudantes do sexo feminino e masculino. Na avaliação dos aspectos inerentes ao corpo e imagem, notou-se que quanto menor a preocupação com a forma corporal por parte das mulheres, menor insatisfação com a aparência geral do corpo dos homens, melhor será a qualidade de vida desses indivíduos.
Silva, et al. 2017.	Estudo descritivo, exploratório quantitativo e transversal.	Analisar o perfil de acadêmicos de Educação Física, por meio da avaliação antropométrica, e ingestão alimentar correlacionando como o desempenho.	O estudo mostrou relação entre os parâmetros antropométricos há uma aparente conscientização quanto às medidas corporais, percebe-se um desequilíbrio de hábitos saudáveis entre esses estudantes, concluindo que o conhecimento adquirido ao longo do curso contribui parcialmente nas mudanças sofridos, visto que são positivas em termos antropométricos, mas com distorções quanto a ingestão alimentar o que reflete no desempenho acadêmico.
Silveira, et al. 2019.	Estudo exploratório, descritivo, transversal, quantitativo.	Avaliar o conhecimento de acadêmicos de nutrição sobre alimentação saudável e nutrição esportiva.	O estudo apontou que os acadêmicos de nutrição possuem um conhecimento satisfatório de modo geral quanto a alimentação saudável e nutrição esportiva, mas existe a carência de informações, e dúvidas a respeito ao conhecimento sobre os macronutrientes essenciais na nutrição esportiva.



Teixeira, et al. 2019.	Estudo observacional, transversal.	Identificar a preocupação com a forma corporal de estudantes universitárias de uma instituição privada e relacioná-la com o estado nutricional, o percentual de gorduras corporais e variáveis sociodemográficas.	O estudo concluiu que a preocupação com a forma corporal entre as universitárias foi de baixa a moderada. Tal condição esteve significativamente relacionada com estado nutricional, percentual de gordura corporal elevado e classe econômica alta.
Telis, et al. 2019.	Estudo transversal, descritivo, quantitativo.	Descrever o perfil e hábitos alimentares de acadêmicos ingressantes do curso de Nutrição de uma universidade do Sul do Brasil.	As conclusões obtidas que o aluno ingressa no curso de nutrição o mesmo não deve dedicar-se somente às teorias, mas sim aplicar em si mesmo os conhecimentos já adquiridos de nutrição, alimentos e estilo de vida saudável, com isso servindo de exemplo para a sociedade.
Melo; Vieira, 2019.	Estudo transversal, descritivo.	Avaliar a percepção e satisfação da imagem corporal de estudantes de um Centro Universitário particular de Recife-PE.	Observou-se que os estudantes avaliados têm vontade de reduzir ou aumentar o tamanho da silhueta, moldando-se ao estereótipo idealizado pela sociedade, de modo a perceber que os estudantes estão desconfortáveis com seu corpo e em conflito consigo, possivelmente pela busca de um padrão corporal valorizado divulgado pelas mídias e pela sociedade.
Volpe, et al. 2019.	Estudo transversal.	Investigar a estima e satisfação com a imagem corporal verificadas em alunos de ambos os sexos, estudantes de medicina.	As conclusões obtidas foram que o sexo feminino apresentou insatisfação corporal, acurácia e desejo de IMC menor, com o passar da idade. Já o sexo masculino, demonstrou desejo de IMC menor do que o Real e o Atual, sem influência da idade.
Wilson, et al. 2020.		Examinar a viabilidade e eficácia de um breve não- intervenção dietética em mulheres universitárias com diversos tamanhos corporais.	O estudo indicou que uma abordagem sem dieta é aceitável e viável e pode resultar em melhorias na alimentação e comportamentos relacionados ao peso, em mulheres adultas jovens.

Fonte: Autoria própria (2021).

Com relação à insatisfação corporal alguns destes estudos avaliaram que a insatisfação quanto à própria imagem pode ser de causa multifatorial, associadas de forma isolada ou em conjunto. Tal condição motiva o estado de negação quanto ao seu corpo, do qual o indivíduo passa a praticar a idealização e a supervalorização na busca por um corpo perfeito, e deste modo acaba favorecendo e sendo a principal causa de agravos à saúde e para o desenvolvimento de transtornos de comportamento alimentar (AINETT; *et al.* 2017; SOUZA; ALVARENGA, 2016, CARDOSO; *et al.* 2020; TEIXEIRA BARRETO; *et al.* 2019).

Somado a esses, outros estudos também analisaram os comportamentos alimentares voltados ao público de estudantes universitários, do qual estas pesquisas buscaram associar os hábitos alimentares e as prevalências de insatisfação corporal, tais categorias apresentam algumas características de semelhança como, a influência da mídia quanto aos padrões de beleza, a alta inferência neste meio quanto às vinculações sociais, e aspectos psicológicos, bem como relacionado aos conhecimentos adquiridos e vivenciados que podem interferir sobre a percepção corporal



(DIAS; *et al.* 2016; DOMINGUES; *et al.* 2019; DUARTE; *et al.* 2020; KORITAR; ALVARENGA, 2017; SILVA; *et al.* 2019; TELIS, *et al.* 2019).

Em concordância os seguintes estudos também ressaltaram que a insatisfação corporal atual tem sido associada à diferença entre percepções e desejos em relação ao tamanho e forma corporal. Superestimar o corpo não é característica exclusiva de quem sofre de certos transtornos alimentares, mas a dinâmica da vida atual contribui para a frequente imprecisão da percepção corporal. Sendo observado que a maioria dos estudantes universitários, atualmente tem o desejo de diminuir ou aumentar o tamanho corporal, aproximando-se de estereótipos de idealização social, a fim de perceber que os estudantes se sentem desconfortáveis, e sofrem de um conflito interno, buscando uma forma corporal considerada ideal, cobrança esta imposta pela mídia e pela sociedade (VOLPE; *et al.* 2019; MELO; VIEIRA; 2020).

Conclusão

A etiologia da insatisfação corporal, conforme os estudos analisados nesta revisão de literatura, têm origem multifatorial, ou seja, de ordem biológica, fisiológica, psicológica, social, entre outros aspectos que se inter-relacionam e contribuem para mudança de hábitos e comportamentos inadequados quanto à alimentação.

Verificou-se, portanto, que a insatisfação corporal em estudantes universitários de fato existe, podendo estar associada a um impacto negativo quanto às condições de saúde para este público. O nutricionista tem um papel essencial nos comportamentos alimentares relacionados à insatisfação corporal, devendo examinar cuidadosamente estes indivíduos e atuar no contexto da promoção da saúde, além de ajudá-los a estabelecer uma boa relação entre a alimentação e o corpo.

Referências

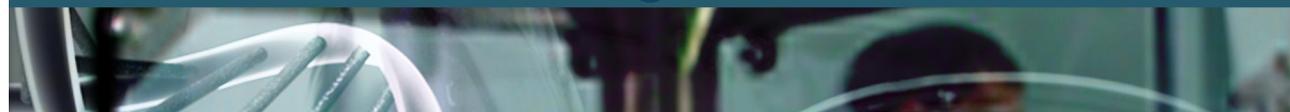
AINETT, W. do S. de O.; COSTA, V. V. L.; SÁ, N. N. B. de. **Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 11, n. 62, p. 75-85, 2017.

ALAHMAR, U.; MURRA, M. DOS S.; MENEGASSI, B.; SPEXOTO, M. C. B. **Fatores associados ao estresse percebido em universitários.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 14, n. 85, p. 330-339, 2020.

BAIA, F. C.; ROMANHOLO, R. A.; PEREIRA, J. E.; ALMEIDA, F. M. **Prevalência de excesso de peso em universitários de uma Instituição de Ensino Privada de um município da Amazônia Legal-RO/ Brasil.** *RBPFEEX - Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, v. 10, n. 58, p. 298-307, 2016.

BARRA, J. V.; SILVA, W. R. da; MAROCO, J.; CAMPOS, J. A. D. B. **Adaptação transcultural e validação do Questionário de Atitudes Socioculturais em Relação à Aparência-4 (SATAQ-4) aplicado a estudantes universitários.** *Cadernos de Saúde Pública*, vol. 35, n. 5, 2019.

BELEM, I. C.; RIGONI, P. A. G.; SANTOS, V. A. P. dos.; VIEIRA, J. L. L.; VIEIRA, L. F. **Associação entre comportamentos de risco para a saúde e fatores sociodemográficos em universitários de educação física.** *Motricidade*, vol. 12, n. 1, pág. 3-16, 2016.



CARDOSO, L.; NIZ, L.G.; AGUIAR, H.T.V; LESSA, A. do C.; SIQUEIRA e ROCHA, M. E.; ROCHA, J. S. B. **Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, vol. 69, n. 3, p. 156-164, 2020.

CASTILLO, I.; SOLANO, S.; SEPÚLVEDA, A. R. **A controlled study of an integrated prevention program for improving disordered eating and body image among Mexican university students: A 3-month follow-up.** *European Eating Disorders Review*, vol. 27. n. 5, pág. 541-556, 2019.

CEREA, S.; GHISI, M.; BOTTESI, G.; MANOLI, T.; CARRARO, E.; DORON, G. **Cognitive Behavioral Training Using a Mobile Application Reduces Body Image Related Symptoms in High Risk Female University Students: A Randomized Controlled Study.** *Behavior Therapy*, vol. 52 2020.

CRUZ, R. T.; SOUZA, C. T.; FRANCISQUETI, F. V.; SOUZA, D. T. **Verificação do estado nutricional de estudantes do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru-SP com enfoque na ortorexia.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12, n. 76, p. 1119-1128, 2019.

DIAS, P. de S.; COSTA, A. P.; SILVA, H. V. R. S.; PINTO, E. de A. P. **A imagem corporal masculina padronizada e sua influência sobre os valores alimentares, as atitudes e o comportamento alimentar em universitários.** *Revista Brasileira de Marketing*. vol 15, n. 1, pág. 99-112, 2016.

DOMINGUES, G. DE S.; CONTER, L. F.; ANDERSSON, G. B.; PRETTO, A. D. B. **Perfil e práticas alimentares de acadêmicos do curso de Nutrição.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 13, n. 77, p. 46-53, 2019.

DUARTE, G. E.; DUARTE, M. R.; SOUZA, N. A. DE; LISBOA, R. F.; ROCHA, J. S. B. **Percepção da imagem corporal de acadêmicos de Educação Física da Universidade Estadual de Montes Claros-MG.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 14, n. 84, p. 89-96, 2020.

FERREIRA, D. Q. C.; CASTRO, F. N.; LOPES, F. de A. **Influência da formação acadêmica em Nutrição na expressão da neofobia alimentar.** *Ciência e saúde coletiva*, v. 22, n. 2, p. 339-346, 2017.

HARRER, M.; ADAM, S. H.; MESSNER, E. M.; BAUMEISTER, H.; CUIJPERS, P.; BRUFFAERTS R.; AUERBACH, R.P.; KESSLER, R. C.; JACOBI, C.; TAYLOR, C. B.; EBERT D.D. **Prevention of eating disorders at universities: A systematic review and meta-analysis.** *International Journal of Eating Disorders*, vol. 53, n.6, pág.813-833, 2020.

JOB, A. R.; SOARES, A. C. DE O. **Percepção dos acadêmicos de Nutrição sobre a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 13, n. 78, p. 291-298, 2019.

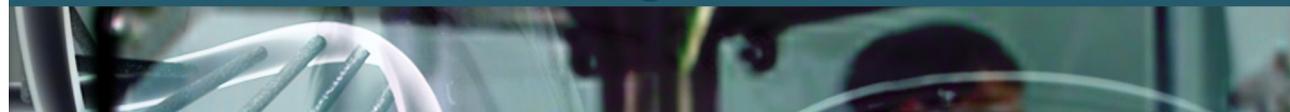
KORITAR, P.; ALVARENGA, M. dos S. **Fatores relevantes para uma alimentação saudável e para estar saudável na perspectiva de estudantes de Nutrição.** *Demetra: alimentação, nutrição & saúde*, v. 12, n. 4, p. 1031-1051, 2017.

LIMA, F. ÉVELIN B.; COCO, M. A.; RAMOS, A. C.; GRANDE, A. DE F.; LIMA, W. F.; LIMA, S. B. DA S. **Percepção da imagem corporal em universitários de educação física.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 14, n. 87, p. 608-616, 2020.

LÔBO ,I. L. B.; MELLO, M. T. de.; OLIVEIRA, J. R. V. de; CRUZ, M. P.; GUERREIRO, R. de C.; SILVA, A. **Body image perception and satisfaction in university students.** *Revista brasileira de cineantropometria e desempenho humano*, v. 22, 2020 .

MACIEL DE SÁ, V.; CARVALHO, M. A.; GUEDES, A.-L. C.; DOS SANTOS, J. B.; MACIEL DE SÁ, L.; DO NASCIMENTO, G. N.; GRATÃO, L. H. A. **Estado nutricional e uso de suplementos alimentares por acadêmicos de Nutrição da Universidade Federal do Tocantins.** *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 12, n. 74, p. 724-732, 2018.

MARTINEZ A.P; MORENO A.J.P; JIMENEZ M.P.M; MACÍAS M.D.R; PAGLIARI C.; ABELLAN M.V. **Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory**



Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* vol. 21 nº 16, 2019.

MELO, P.; VIEIRA, R. **Percepção e satisfação da imagem corporal em estudantes de um centro universitário de recife/pernambuco.** *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, v. 18, n. 3, p. 196-204, 2020.

MENDES, J. C. d. S.; FRAGA, A.; MEDEIROS, C.; MONIZ, D.; MIRANDA, L.; MEDEIROS, T. **Autoconsciência Da Aparência E a Adaptação No Ensino Superior: Estudo Exploratório.** *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social.* vol. 4, n. 2, pag. 42-48, 2018.

MENDOZA GONZALEZ, M. F.; OLALDE LIBREROS, G. J. **Body Image Self-Perception and Risky Eating Behaviors in Medicine Undergraduate Students in Xalapa, Veracruz, Mexico (2014).** *Revista Ciencias de la Salud*, v. 17, n. 1, p. 34-52, 2019.

NASCIMENTO, S. B. do; ARAÚJO, Í. L. S. B. de. **Perfil antropométrico e insatisfação corporal de estudantes universitários.** *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 13, n. 82, p. 864-870, 2020.

MOMENI M.; GHORBANI A.; ARJEINI Z. **Disordered eating attitudes among Iranian university students of medical sciences: The role of body image perception.** *Nutrition and Health.* vol. 26. nº 2, pág:127-133, 2020.

NOGUEIRA, P. S.; FERREIRA, M. G.; RODRIGUES, P. R. M.; MURARO, A. P.; PEREIRA, L. P.; PEREIRA, R. A. **Longitudinal Study on the Lifestyle and Health of University Students (ELESEU): design, methodological procedures, and preliminary results.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 34, n. 4, 2018.

PAIVA, A.de A.; LOPES, M. A. M.; LIMA, S. M. T.; CRUZ, K. J. C.; RODRIGUES, G. P.; CARVALHO, C. M. R. G. **Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública.** *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, vol. 12, n.1, 2017.

PENNESI, J.L.; WADE, T. D. **Imagery rescripting and cognitive dissonance: A randomized controlled trial of two brief online interventions for women at risk of developing an eating disorder.** *International Journal Eating Disorders*, vol. 51, n.5, pag. 439-448, 2018.

PINHATTI, M. M.; CASTRO, T. G. DE; GOMES, W. B. **Body image perception and sense of agency: notes from the alien hand experiment.** *Psico*, v. 49, n. 2, p. 111-118, 2018.

PONTE, M. A. V.; FONSECA, S.C.F.; CARVALHAL, M.I.M.M.; FONSECA, J. J. S.

Autoimagem corporal e prevalência de sobrepeso e obesidade em estudantes universitários. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, vol. 32, 2019.

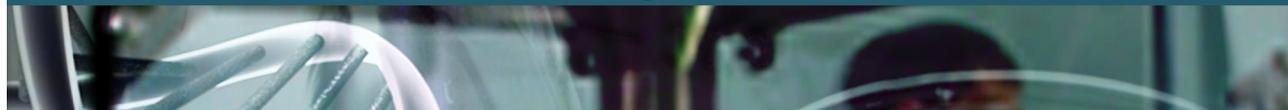
REIS, A. S. dos; SOARES, L. P. **Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares.** *Revista Brasileira De Ciências Da Saúde*, vol. 21, nº4, 2017.

REGIS, J. M. O.; RAMOS-CERQUEIRA, A. T. A.; LIMA, M.C. P.; TORRES, A. R. **Social anxiety symptoms and body image dissatisfaction in medical students: prevalence and correlates.** *Jornal brasileiro de psiquiatria*, v. 67, n. 2, p. 65-73, 2018.

ROUNSEFELL, K.; GIBSON,S.; MCLEAN S.; BLAIR M.; MOLENAAR, A.; BRENNAN , L.; TRUBY H.; MCCAFFREY T. A. **Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review.** *Nutrition & dietetics: The Journal of the Dietitians Association of Australia* vol. 77, nº 1, pág. 19-40, 2020.

SILVA, L. P. R.da.; TUCAN, A. R. de O.; RODRIGUES, E. L.; DEL RÉ, P. V.; SANCHES, P. M. A.; BRESAN, D. **Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários.** *Einstein (São Paulo)*, v. 17, n. 4, 2019.

SILVA, F. F.; DA SILVA, R. V.; DE SOUSA SÁ, O. M. **Análise antropométrica, dietética e de desempenho acadêmico de estudantes de Educação Física.** *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 11, n. 63, p. 289-300, 2017.



SILVA, W.R. da.; CAMPOS, J.A.D.B.; MARÔCO, J. **Impact of inherent aspects of body image, eating behavior and perceived health competence on quality of life of university students.** *PLoS One*. vol. 13, n. 6, 2018

SILVA, W. R. da; MAROCO, J.; CAMPOS, J. A. D. B. **Escala de Influência dos Três Fatores (TIS) aplicada a estudantes universitários: estudo de validação e aplicação.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 3, 2019.

SILVEIRA, M. G.; SILVA, R. DOS S.; PEREIRA, É. J.; GONÇALVES, I. C. M.; PEREIRA, S. G. S.; EDUARDO, A. M. L. N.; FREITAS, R. F. **Conhecimentos de acadêmicos de Nutrição sobre alimentação saudável e Nutrição Esportiva.** *RBNE - Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 13, n. 78, p. 227-235, 2019.

SOUSA, T, F.de.; SANTOS, S. F. da S. dos.; RODRIGUES, A. S.; PAPINI, C. B.; SILVA, D. A. S.; TRIBESS, S. **Prevalence and factors associated with body image dissatisfaction among university students: repeated surveys analysis.** *Revista brasileira de cineantropometria e desempenho humano*, v. 21, 2019.

SOUZA, A. C. de; ALVARENGA, M. dos S. **Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 65, n. 3, p. 286-299, 2016.

TEIXEIRA BARRETO, J. T.; RENDEIRO, L. C.; NUNES, A. R. M.; SOARES RAMOS, E. M. L.; DE OLIVEIRA AINETT, W. DO S.; LOURENÇO-COSTA, V. V.; BANDEIRA DE SÁ, N. N. **Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém-PA.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 13, n. 77, p. 120-128, 2019.

TEIXEIRA, P. A.; LOCATELLI, K. M. DE M.; DA SILVA, W. R. **Preocupação com a forma corporal e avaliação nutricional em estudantes de uma universidade privada.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12, n. 75, p. 883-891, 2019.

TELIS, A. P.; PRETTO, A. D. B.; MASSAUT, K. B.; ANDERSSON, G. B.; CONTER, L. **Perfil e hábitos alimentares de acadêmicos ingressantes do curso de Nutrição de uma Universidade do sul do Brasil.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12, n. 75, p. 859-866, 2019.

VOLPE, A. C. C.; ANDRADE, C. Q. J.; VAZ, G. R.; FONSECA, L. C.; MANOCHIO-PINA, M. G. **Estima e satisfação com a imagem corporal em estudantes de Medicina.** *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 13, n. 77, p. 61-67, 2019.

WILSON, R.E.; MARSHALL, R. D.; MURAKAMI, J.M.; LATNER, J. D. **Brief non-dieting intervention increases intuitive eating and reduces dieting intention, body image dissatisfaction, and anti-fat attitudes: A randomized controlled trial.** *Appetite*, 2020.