

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: Bolsistas de Iniciação Científica e Iniciação Tecnológica da Unijuí

ESTADO NUTRICIONAL E PERCEPÇÃO DE AUTOIMAGEM CORPORAL DE ESCOLARES DE SÉTIMO E OITAVO ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL¹
NUTRITIONAL STATUS PERCEPTION OF BODY SELF-IMAGE IN SEVENTH AND EIGHTH GRADE SCHOOLCHILDREN

Bruna Denise Torquetti², Eva Teresinha De Oliveira Boff³

¹ Estudo desenvolvido no projeto de pesquisa “Currículo e Formação Docente: Articulação Permanente entre Educação e Saúde na Escola e na Universidade”

² Acadêmica do curso de Nutrição/ UNIJUI, bolsista de Iniciação Científica PROBIC/FAPERGS

³ Professora Dra. do Departamento de Ciências da Vida/ UNIJUI, Orientadora.

Introdução

O estado nutricional configura a forma corporal, e ajuda a formar a percepção de autoimagem. Os adolescentes costumam idealizar um corpo padrão, mostrado pela mídia constantemente, e estar descontente com o próprio corpo pode induzir o aparecimento de transtornos psicológicos e alimentares, além de influenciar no convívio social dentro da escola e até mesmo no aprendizado.

O ambiente escolar pode ser um bom espaço para investigar estas questões, e intervir com atividades preventivas, que valorizem a saúde e as potencialidades de cada indivíduo, como ser único e especial. Considerando o exposto, o objetivo deste estudo foi investigar o estado nutricional e a percepção de autoimagem corporal de estudantes de educação básica, bem como realizar reflexões acerca do impacto destes aspectos na aprendizagem.

Metodologia

O presente trabalho consiste em uma identificação do estado nutricional e percepção de autoimagem corporal de 44 estudantes do sétimo e oitavo ano do Ensino Fundamental de uma escola pública do interior do Rio Grande do Sul, com faixa etária entre 12 e 16 anos. Destes 18 eram meninos e 26 meninas, residentes de bairros de classe baixa a média.

O instrumento de coleta de dados foi um questionário que consistiu em uma adaptação do Body Shape Questionnaire PIMENTA et al., 2012), contendo 24 questões objetivas sobre autoimagem corporal. Também foi realizada aferição de estatura e peso e cálculo de índice de massa corporal (IMC) dos alunos. Os resultados obtidos a partir do cálculo de IMC foram classificados segundo a tabela de IMC para idade, presente na Caderneta de Saúde do Adolescente para meninos e meninas, disponibilizada pelo Ministério da Saúde.

Foram respeitados todos os aspectos éticos envolvendo pesquisa com humanos, assim entregues e assinados termos de consentimento livre e esclarecido para menores de 18 anos, sob parecer consubstanciado número 486.353.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: Bolsistas de Iniciação Científica e Iniciação Tecnológica da Unijui

Resultados e Discussão

A partir da avaliação do estado nutricional, foi encontrada prevalência de 7% para obesidade, equivalente a 3 estudantes, 25% (11) apresentaram estado de sobrepeso e 68% (30) possuem IMC adequado para idade, nenhum aluno foi identificado com quadro de magreza ou magreza acentuada. Condições como obesidade e sobrepeso, além de causar prejuízos a saúde, condicionam a aparência física do indivíduo e, conseqüentemente, tendem a gerar uma percepção de autoimagem corporal negativa. No presente estudo, contudo, até mesmo alguns estudantes eutróficos apresentaram indícios de insatisfação corporal.

Em relação à auto imagem corporal dos estudantes, ao serem questionados se sentem-se preocupados o suficiente com sua forma corporal a ponto de sentirem necessidade de fazer dieta, 52% dos alunos responderam que nunca tiveram essa preocupação e 19% responderam que raramente, 11% mostraram-se insatisfeitos as vezes, 2% frequentemente, 2% muito frequentemente, e 14% dizem pensar sempre nessa questão.

Quando indagados se já haviam se sentido tão mal com a forma de seu corpo a ponto de chorar, 81% dos alunos afirmaram nunca ter passado por isso, 7% raramente e 7% as vezes, apenas 2,5% relataram chorar frequentemente por esse motivo e 2,5%, sempre. Apesar de ser apenas uma pequena parte dos alunos a apresentar esta condição de forma corriqueira, ao considerar o tamanho da amostra analisada este se configura em um dado alarmante, visto que, se entre 44 alunos a insatisfação corporal gerou este nível de sofrimento psicológico, existe probabilidade de se encontrar muitos outros casos em uma escola inteira, os quais podem passar despercebidos tanto por parte da família, quanto da equipe escolar, e agravar-se ao ponto de desencadear distúrbios alimentares, psicológicos e outras doenças.

Ainda em relação a percepção de si mesmo, ao serem indagados sobre ter vergonha do próprio corpo, 61% dos estudantes afirmaram nunca ter sentido isso e 16% raramente, 9% deles relataram que ocorre as vezes, 3% frequentemente e 11% sempre. Silva (2013), em estudo com 437 adolescentes, mostrou que a vergonha corporal é um preditivo significativo da psicopatologia alimentar.

Perguntou-se também se os alunos já haviam reparado na forma corporal de outras pessoas e se sentido em desvantagem ao comparar com a sua, 36% responderam que isso nunca aconteceu e 25% que o mesmo ocorre raramente, 20% relataram passar por isso as vezes, 6% frequentemente, 11% sempre e 3% não responderam. Percebe-se que a maioria dos adolescentes tem em mente um corpo idealizado e quanto mais distante for seu corpo desta idealização, maiores as possibilidades de conflito interno e comprometimento de sua autoestima (VALENÇA; GERMANO, 2009).

“As emoções são pontos de desequilíbrio no nosso comportamento, momentos em que sentimos a nós mesmos esmagados pelo meio ou triunfantes sobre ele” (VIGOSTKI, p.294, 2011). Desta forma, a insatisfação corporal, e a conseqüente baixa autoestima, geram emoções que podem dificultar o aprendizado do estudante no espaço escolar.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: Bolsistas de Iniciação Científica e Iniciação Tecnológica da Unijuí

Na sala de aula, o estudante que tem uma baixa autoestima evita a exposição, bem como a relação com os colegas e os professores, por fim, acaba por possuir um acúmulo de dúvidas sobre os conteúdos escolares, o que pode retardar e limitar o seu aprendizado. Além disso, a confiança em realizar tarefas sozinho fica prejudicada (SILVA et al. 2015b).

Atualmente tornou-se comum alunos com auto imagem negativa, sem confiança em si mesmo, sem autonomia para o desenvolvimento de atividades, com dificuldade de estabelecer relações interpessoais e com transtornos de ansiedade, obesidade e depressão (SILVA et al., 2016).

Numa visão pedagógica e educacional, sabe-se que a afetividade e a cognição estão entrelaçadas na construção da identidade do sujeito e que o meio social, no caso, escolar, também é fundamental para que este sujeito continue sua construção do conhecimento, porém, tal meio pode também fazer com que o adolescente sinta-se desestimulado a buscar tal construção (LUCIO, 2006).

É necessário que o educador se sinta incomodado com o modelo arcaico de educação tradicional e deseje a busca de renovados processos de ensino, propondo aprendizagens que acreditem mais no desenvolvimento da pessoa, e nas potencialidades de cada aluno (ANTUNES, STOBAUS, MOSQUERA; 2008).

Considerações Finais

Foram identificados casos de obesidade e sobrepeso entre os alunos, assim como insatisfação com o próprio corpo e um sofrimento psicológico ligado a isso, até mesmo entre alguns alunos com diagnóstico de eutrofia, o que mostra uma percepção distorcida do próprio corpo, devido a idealização de um estereotipo.

A escola se mostrou um bom espaço para investigar questões ligadas à alimentação e percepções de auto imagem corporal. É importante e necessário que sejam realizadas atividades que discutam temas como este dentre os demais temas escolares, pois além dos transtornos alimentares e psicológicos, a insatisfação corporal influencia os processos de aprendizagem do aluno.

Palavras- Chave: estado nutricional; insatisfação corporal; aprendizagem; estudante.

Keywords: nutritional status; body dissatisfaction; learning; student.

Agradecimentos: À FAPERGS - Fundação de Amparo à Pesquisa do estado do RS

Referências Bibliográficas

ANTUNES, Denise Dalpiaz; STOBAUS, ClausDieter; MOSQUERA, Juan José Mouriño. Educação de jovens e adultos: relatos de professores e alunos e sua auto-imagem e auto-estima. Anais do

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: Bolsistas de Iniciação Científica e Iniciação Tecnológica da Unijuí

AnpedSul, 2008.

LUCIO, Maria Virgínia. Construção da Auto-imagem em Adolescentes com Dificuldades em Leitura e Escrita: Uma Perspectiva Histórico-Cultural. Ribeirão Preto, 2006.

PIMENTA, F. et al. Validação do Body Shape Questionnaire (BSQ) numa amostra de mulheres de meia-idade. Atas do 9 Congresso Nacional de Psicologia da Saúde. Lisboa, 2012.

SILVA, Ana Rita da Cruz. Evaluating the effect of body dissatisfaction and body's homeon eating psychopathology in Young adolescence: The role of cognitive fusion, experiential avoidance and fear of self-compassion. Dissertação de mestrado. Universidade de Coimbra. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. 2013.

SILVA, Lorena Dutra Silva et al. A autoestima e sua influência no espaço escolar: relato de experiência. Anais do III Congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão da UEG. Goiás, 2016.

SILVA, Samia Paula dos Santos et al. A autoestima da criança negra e suas implicações no processo de aprendizagem. Vol. 1, Ed. 4, Campina Grande, 2015b.

VALENÇA, Cecília Nogueira; GERMANO, Raimunda Medeiros. Percepção da auto-imagem e satisfação corporal em adolescentes: perspectiva do cuidado integral na enfermagem. Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, vol. 10, núm. 4, Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, 2009.

VIGOSTKI, L.S. Psicologia Pedagógica. São Paulo: Martins Fontes, 2001.