

AUTOPERCEÇÃO E ATITUDES DE ESTUDANTES DA UFMT QUANTO AO PESO E À IMAGEM CORPORAL

SELF-PERCEPTION AND ATTITUDES OF UFMT STUDENTS REGARDING WEIGHT AND BODY IMAGE

AUTO PERCEPCIÓN Y ACTITUDES DE ESTUDIANTES DE LA UFMT EN RELACIÓN CON EL PESO Y LA IMAGEN CORPORAL

Tomires Campos Lopes

<https://orcid.org/0000-0002-4532-7045> 

<http://lattes.cnpq.br/6283163230804411> 

Universidade Federal de Mato Grosso (Cuiabá, MT – Brasil)

tomires10@gmail.com

Thamires Silva Campos

<https://orcid.org/0000-0002-5970-9853> 

<http://lattes.cnpq.br/8082847123525030> 

Secretaria de Educação do Estado de Mato Grosso (Cuiabá, MT – Brasil)

thamirescamposedf@gmail.com

Resumo

Estudo transversal com objetivo de conhecer o perfil do comportamento de risco dos graduandos quanto à condição do grau de sobrepeso e obesidade e as automedidas para se manter nos padrões estabelecidos. Utilizou-se o instrumento de coleta NCHRBS com estudantes da Universidade Federal de Mato Grosso, o qual contou com 7.194 preenchimentos. Os resultados revelaram uma amostra com maioria do sexo feminino (F= 4193 - 58,3%; M= 3001 - 41,7), com média de idade de 24,37 anos, com prevalência de sobrepeso e obesidade, das áreas de Ciências Sociais, Ciências da Saúde e Engenharias. Os estudantes se percebem com distorções entre o que realmente têm com a autopercepção do peso, subestimando ou superestimando-a. As atitudes tomadas para se manter no peso ideal vão desde uso de dieta, prática de exercícios até o uso de laxantes. Evidencia-se a necessidade de se estabelecer políticas internas de atendimento e monitoramento para a população universitária.

Palavras-chaves: Universitário; Índice de Massa Corporal; Obesidade; Imagem Corporal; Controle de Peso.

Abstract

Cross-sectional study with the objective of knowing the profile of the risk behavior of undergraduates regarding the condition of the degree of overweight and obesity and how self-measures to maintain the agreed standards. The NCHRBS collection instrument was used with students from the Federal University of Mato Grosso, which had 7,194 completed. The results revealed a sample with a majority of the female sex (F= 4193 - 58.3%; M= 3001 - 41.7), with a mean age of 24.37 years, with prevalence of overweight and obesity, from the areas of Science Social, Health Sciences and Engineering. Students perceive themselves with distortions between what they really have with self-perception of weight, underestimating or overestimating it. Appropriate attitudes to maintain the ideal weight range from the use of diet, exercise to the use of laxatives. The need to establish internal care and monitoring policies for the university population is evident.

Keywords: University; Body Mass Index; Obesity; Body Image; Weight Control.

Resumen

Estudio transversal con el objetivo de conocer el perfil de las conductas de riesgo de estudiantes de pregrado cuanto la condición del grado de sobrepeso y obesidad y las automedidas para mantener los estándares establecidos. Se utilizó el instrumento de recolección NCHRBS con estudiantes de la Universidad Federal de Mato Grosso, completados 7.194 rellenos. Los resultados revelaron una muestra mayoritariamente del sexo femenino (F= 4193 - 58,3%; M= 3001 - 41,7), con edad media de 24,37 años, con prevalencia de sobrepeso y obesidad, de



las áreas de Ciencias Sociales, Ciencias de la Salud e Ingeniería. Los estudiantes se perciben con distorsiones entre lo que realmente tienen con la autopercepción del peso, subestimándolo o sobrestimándolo. Las actitudes tomadas para mantener el peso ideal van desde la dieta, el ejercicio hasta el uso de laxantes. Es evidente la necesidad de establecer políticas internas de atención y seguimiento a la población universitaria.

Palabras clave: Universidad; Índice de Masa Corporal; Obesidad; Imagen corporal; Control de peso.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que a atividade física é importante para o ser humano porque traz benefícios importantes para a saúde do coração, corpo e mente (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, 2020), principalmente em ambientes universitários em que a comunidade acadêmica vive em condições de pressões relacionadas à rotina acadêmica (OLIVEIRA et al., 2014) e ao novo estilo de vida, especialmente entre os mais jovens (ARSANDAUX et al., 2020).

Para a OMS, a atividade física pode reduzir os sintomas da depressão e ansiedade, bem como melhorar as habilidades de raciocínio, aprendizado e julgamento. Preconiza-se um tempo de 150 minutos por semana de atividade física moderada ou pelo menos 75 minutos de atividade intensa, ou ainda uma combinação de ambos (ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, 2020).

Há uma preocupação com a saúde mundial que perpassa a necessidade da realização de atividades físicas, visando a prevenção e o controle de doenças não transmissíveis (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2013), cujos índices de inatividades são, atualmente, muito alto em todo o mundo (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2021).

Estudos apontam essa condição inclusive em estudantes universitários, havendo diferença para maior número de realizações entre os estudantes do sexo masculino (SANTOS et al., 2017; OLFERT et al., 2019; ALZAMIL et al., 2019). As alegações dos acadêmicos sobre a inatividade física em uma região brasileira é a própria rotina universitária (NASCIMENTO; ALVES; SOUZA, 2017).

O resultado deste estilo de vida inativo são as alterações no peso (MARQUES; BARBOSA; GUEDES, 2017; BAIG et al., 2015; LEE et al., 2011), que trazem problemas de ordem metabólicas (TURI et al., 2016), além de outros (CARVALHO et al., 2015). Estes estudantes poderiam se favorecer dos benefícios da atividade física como outros obtiveram (KEMMLER et al., 2016; PLOTNIKOFF et al., 2015; ABULA et al., 2016).

A condição de alteração de peso interfere, frequentemente e diretamente, na autoimagem de estudantes (ALVARENGA; SCAGLIUSI; PHILIPP, 2011). Em Pernambuco,



distúrbios alimentares, entre as mulheres, e a insatisfação com a imagem corporal aparecem como fatores que desencadeiam os transtornos alimentares (LOFRANO-PRADO et al., 2016).

Neste cenário, estudantes universitários brasileiros fazem parte da parcela populacional descrita como alarmante pela organização e que deve ser cuidada adequadamente. Também é importante considerar que as condições que esperam o estudante de graduação são favoráveis para uma ambientação conveniente à adoção de estilo de vida que compromete a sua saúde.

Graduandos com média de idade entre 18 e 35 anos (INSTITUTO NACIONAL DE PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA, 2020) convivem pela primeira vez com a experiência universitária, fazendo parte de um grande grupo distante da supervisão dos pais (PEDROSA et al., 2011). Por isso, investem em fatores de risco, até então desconhecidos para muitos, o que os leva a maior vulnerabilidade (BRASIL, 2010).

Avaliar o alcance do tamanho do dano na população universitária é uma necessidade. Os métodos avaliativos mais fidedignos são aqueles que avaliam presencialmente. Contudo, a viabilidade para grandes grupos populacionais se torna uma operação difícil, de elevado custo e de tempo demorado.

Métodos indiretos são utilizados largamente em pesquisa epidemiológicas que ressaltam a viabilidade na simplicidade de obtenção das medidas para monitorar populações, como faz o Ministério da Saúde do Brasil (BRASIL, 2020) e o Centro para Controle e Prevenção de Doenças (CDC) nos Estados Unidos, que usam questões sobre a altura e o peso com vistas à mensuração da classificação da condição da saúde dos americanos.

Sabe-se que o IMC não é um protocolo específico para a avaliação da composição corporal, mas se mostra eficiente e validado para avaliar o status de peso populacional (OLIVEIRA et al., 2012; GRECCO, 2012; COHEN et al., 2015), inclusive entre universitários (KALKA; PASTUSZAK; BUŠKO, 2019). Ademais, ressalta-se que, para determinadas pessoas, os resultados da equação entre peso e altura poderá trazer uma falsa condição de obesidade, i.e., quando não se mede o total da massa muscular.

Os estudos que avaliam a população brasileira não estratificam a população universitária, embora se compreenda que esta categoria se encontre incluída entre as demais. Enfatiza-se, ainda, que não se encontra abundância de trabalhos que se dediquem a estudar estudantes universitários do centro-oeste brasileiro em relação às variáveis da saúde.



Fazendo parte deste contexto, a Universidade Federal de Mato Grosso - UFMT, localizada distante dos principais centros populacionais, possui quatro *campi* distribuídos nos biomas do pantanal, cerrado e amazônico, oferta cursos presenciais e a distância, mas não conta com um observatório que acompanhe as condições de saúde de seus estudantes, nem são encontrados estudos que tratem deste cenário de forma conjunta. Faz sentido, portanto, avaliar, nestas condições específicas, os aspectos do envolvimento do estudante com fatores que podem alterar suas condições de saúde.

Como parte da tese de doutoramento, o objetivo deste estudo é o de conhecer o perfil do comportamento de risco do estudante universitário relacionado à saúde, mais especificamente quanto à condição do grau de sobrepeso e obesidade e as automedidas tomadas para se manter dentro de padrões estabelecidos e para a manutenção da saúde da população.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo de delineamento transversal do comportamento de risco à saúde de universitários dos *campi* da UFMT, realizado no semestre letivo de 2018/1. Usou-se como instrumento de coleta o *National College Health Risk Behavior Survey* (NCHRBS), adaptado para uso com universitários brasileiros e validado por Franca e Colares (2010). Para tanto, após ser convertido para o Google Formulário, o link foi disponibilizado aos estudantes através do sistema acadêmico da instituição. O instrumento utilizado é composto por 51 questões, as quais proporcionam uma visão ampla de temas centrais, como: uso do tabaco, comportamento alimentar, prática de atividade física e peso corporal, uso do álcool e outras drogas, comportamento sexual e comportamentos relacionados à violência. Porém, para o presente estudo, abordaremos apenas o aspecto relacionado ao peso.

A coleta ocorreu durante todo o semestre letivo de 2018/1. O link da pesquisa levava o estudante ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) como o primeiro acesso. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UNIRIO através do parecer de número 2.520.447.

Foi considerada a possibilidade de incluir todos os estudantes dos cursos de graduação como respondentes ao questionário, independente de área, curso, sexo ou



religião. Bastava que acessassem o Sistema Integrado da UFMT e, através dele, o link para a pesquisa. Contudo, foram excluídos quaisquer preenchimentos realizados de forma incorreta.

As variáveis de análise se relacionaram às áreas de conhecimentos propostas pela Capes do Ministério de Educação Brasileiro (FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR, 2017), cujos cursos da UFMT fazem parte.

Os dados foram avaliados quanto à distribuição normal pelo teste de Kolmogorov-Smirnov e apresentaram distribuição não paramétricas. Em seguida, foram realizadas associações entre as áreas e as variáveis independentes, incluídas na análise pelo questionário através do teste de qui-quadrado, usando o pacote estatístico do SigmaPlot 14.0. A significância estatística foi fixada em 0,05. Todos os resultados são apresentados como porcentagem. As variáveis independentes incluídas na análise foram: sexo, faixa etária, modalidades de ensino, tempo de estudo, percepção de peso, atitudes em relação ao peso, uso de dieta, prática de exercício, uso de laxantes, uso de pílulas para emagrecer e IMC.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 20.044 estudantes de graduação da UFMT em 2018/1, a composição final da amostra dos 7.194 estudantes seguiu uma característica de atendimento superior a 30% por campus. A amostra foi composta por 35,55% do universo estudado, a qual que foi agrupada em sete áreas, com média de idade de 24,37 anos, com maior participação do sexo feminino (58,3%). A Tabela 1 apresenta a distribuição da amostra, caracterizando sexo, faixa etária e modalidade de ensino.

Tabela 1 – Característica da amostra

VARIÁVEIS	n.	Prevalência %	SAÚDE	LETRAS	EXATAS	BIOLÓGICAS	ENGENHARIAS	AGRÁRIAS	SOCIAIS	HUMANAS	p-valor
Sexo											
Feminino	4193	58,3	21,0	0,4	5,4	6,9	23,6	10,7	26,7	5,4	<0,001*
Masculino	3001	41,7	11,4	14,1	24,4	11,3	1,0	0,8	4,7	32,2	
Faixas Etárias											
16 a 20 anos	2401	33,4	22,0	3,6	8,5	8,1	14,0	6,2	26,6	11,0	<0,001*
21 a 25 anos	2863	39,8	20,1	2,7	8,1	9,1	21,0	10,6	20,3	8,3	
26 a 30 anos	867	12,1	17,9	1,9	9,9	7,3	24,4	10,0	19,4	9,3	
31 a 35 anos	440	6,1	22,6	11,3	12,0	1,3	2,5	1,3	23,9	25,2	
36 a 40 anos	277	3,9	18,8	4,7	11,2	4,7	5,1	4,7	31,8	19,1	
41 a 45 anos	159	2,2	17,3	5,7	10,7	7,5	8,9	3,4	32,1	14,6	
46 a 40 anos	98	1,4	9,2	6,1	9,2	2,0	2,0	0,0	31,6	39,8	
50 ou mais	89	1,2	22,0	3,6	8,5	8,1	14,0	6,2	26,6	11,0	



		Modalidade de ensino									
Bacharelado	5754	80,0	21,0	0,4	5,4	6,9	23,6	10,7	26,7	5,4	<0,001*
Licenciatura	1440	20,0	11,4	14,1	24,4	11,3	1,0	0,8	4,7	32,2	
		Tempo de estudos									
1º e 2º Semestres	2132	29,6	17,6	3,5	11,6	6,3	18,3	7,3	23,7	11,7	<0,001*
3º e 4º Semestres	1582	22,0	19,1	3,8	10,9	7,4	17,8	7,5	22,8	10,8	
5º e 6º Semestres	1252	17,4	19,2	2,8	7,4	8,6	20,9	9,5	21,2	10,6	
7º e 8º Semestres	1444	20,1	19,7	3,1	9,4	7,6	15,7	8,4	24,8	11,6	
9º e 10 Semestres	784	10,9	21,9	1,3	2,4	11,6	27,0	14,5	14,3	6,9	

Fonte: Construção dos autores.

Foram observadas associações significativas entre as áreas e o sexo, havendo maior concentração do percentual dos participantes do sexo feminino especialmente nas áreas de Ciências Sociais, Engenharias e Saúde.

Além disso, também se observa que a maior concentração de participantes se encontra entre 16 a 30 anos e corresponde ao perfil dos demais estudantes brasileiros de escolas públicas (INSTITUTO NACIONAL DE PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA, 2020), o que permite relacionar os atuais dados com o restante do país. Ressalta o perfil etário na área de Ciências Humanas com idade elevada em contraponto aos estudantes da área de Ciências Sociais com idade menor. Nestes dois casos, percebe-se uma inversão proporcional das faixas etárias em que se decrescem os percentuais de idade em Ciências Sociais, enquanto em Ciências Humanas o percentual de idade aumenta crescentemente. As demais áreas se mostram com distribuição homogênea das faixas etárias.

A modalidade de ensino de maior prevalência de participação na pesquisa foi o bacharelado, com maior participação em Ciências Sociais, enquanto na área de Ciências Humanas houve maior participação das licenciaturas.

A distribuição da participação se mostra superior nos semestres iniciais, com observação de diferença dos formandos da área de Engenharias. Nas áreas de Ciências Exatas e Biológicas, a participação entre ingressantes e concluintes se mostra de forma proporcionalmente inversa.

Tabela 2 – Associação entre áreas de conhecimentos e variáveis relacionadas ao peso.

VARIÁVEIS	n.	Prevalência %	SAÚDE	LETRA	EXATA	BIOLÓGICA	ENGENHARIA	AGRÁRIA	SOCIAI	HUMANA	p-valor
			E	S	S	S	S	S	S		
Prevalência por área %											
IMC											
Muito abaixo do peso	166	2,3	17,5	4,8	6,6	7,8	22,3	4,8	28,3	7,8	0,049*
Abaixo do peso	384	5,3	19,0	2,9	9,1	8,6	14,8	8,3	24,5	12,8	
Peso normal	384	53,4	19,3	3,3	8,9	7,8	19,1	9,3	22,2	10,0	



	3										
Acima do peso	182 3	25,3	17,9	2,4	9,4	8,1	19,1	9,3	22,4	11,4	
Obesidade I	693	9,6	21,9	3,6	10,4	6,5	19,2	6,1	20,6	11,7	
Obesidade II SEVERA	205	2,9	16,1	3,4	14,2	5,4	21,5	5,4	19,5	14,6	
Obesidade III MÓRBIDA	80	1,1	21,3	2,5	5,0	10,0	20,0	10,0	18,8	12,5	
Percepção de peso											
Levemente acima ou abaixo	342 4	47,6	17,5	2,8	9,2	7,6	19,6	9,0	23,5	10,8	
No peso certo	279 3	38,8	21,3	2,9	9,5	8,7	19,5	8,9	20,2	9,1	0,001*
Muito acima ou abaixo	977	13,6	18,4	4,8	8,7	5,6	15,9	7,2	24,0	15,5	
Atitude em relação ao peso											
Nada	415 4	57,7	19,0	3,2	8,8	7,1	20,1	8,0	23,4	10,5	
Perder ou ganhar	169 0	23,5	16,4	2,7	10,3	8,9	17,8	7,8	23,6	12,5	0,001*
Manter peso	135 0	18,8	22,7	3,3	9,3	8,4	17,3	12,3	17,3	9,5	
Uso de dieta											
Não	221 9	30,9	19,7	3,6	8,4	6,8	17,0	8,1	24,3	12,1	
Sim	497 5	69,2	18,8	2,9	9,6	8,2	19,9	9,0	21,4	10,2	0,001*
Prática de exercício											
Sim	307 5	42,7	21,0	2,9	8,4	7,7	19,7	8,2	22,1	10,0	
Não	411 9	57,3	17,7	3,2	9,9	7,8	18,5	9,1	22,4	11,3	0,004*
Uso de laxantes											
Não	636 2	88,4	17,6	3,3	9,6	7,2	19,2	7,6	24,2	11,4	<0,001*
Sim	832	11,6	30,4	1,8	6,7	12,3	17,7	17,2	7,8	6,1	
Uso de pílulas para emagrecer											
Não	689 1	95,8	18,9	3,0	9,4	7,7	19,4	8,7	22,1	10,8	<0,001*
Sim	303	4,2	23,8	5,3	5,9	8,9	11,2	9,2	26,1	9,6	

Fonte: Construção dos autores.

Os resultados encontrados mostram que as associações entre as áreas demonstram desequilíbrios na prevalência em quase todas as áreas frente às classificações do IMC, por vezes nas posições extremas dos níveis. Evidenciam-se prevalências significativas entre o peso ideal com ligeira tendência a sobrepeso e obesidade I entre os participantes da pesquisa de todas as áreas reunidas. Na análise por áreas, os estudantes das Ciências Sociais apresentam um perfil de anormalidade do peso, colocando-se em primeiro lugar nas classificações de magreza por um lado e, por outro, saindo da condição de normalidade para acima do peso. Quanto aos estudantes da área de Ciências da Saúde, eles apresentam-se em condições de prevalência da obesidade I e obesidade III, sendo interrompido no índice de



obesidade II apenas pelos estudantes das Engenharias. Em relação ao peso adequado, a maior prevalência se encontra nas áreas de Ciências Sociais, da Saúde e Engenharias. Quanto ao extremo da obesidade, chama a atenção aos percentuais de estudantes da área de Ciências da Saúde, seguido das Engenharias.

As condições dos achados revelam similaridades com outros estudos evidenciados em outras realidades do Brasil, onde se constata que entre estudantes universitários o sobrepeso e a obesidade são mais prevalentes no sexo masculino quando comparado ao feminino, com idade entre 20 e 24 anos, casados (SILVA et al., 2011; FARIA FILHO, 2020; SOUSA, 2014; DE SOUSA; BARBOSA, 2017). Entre as mulheres, a maior escolaridade se parece como protetora de prevalência de sobrepeso e obesidade (SOUSA, 2014), esta tendência se mostra nos estudos com mulheres das capitais brasileiras, com 12 anos, ou mais, de escolaridade (BRASIL, 2020).

Na análise por área, com população acadêmica de universidades federais brasileiras, no nordeste, um estudo com Humanas, Agrárias, Saúde, Ciências e Tecnologia, o perfil lipídico masculino apresentou maiores índices (colesterol total, LDL-c e triglicerídeos) do que o feminino (WAGNER et al., 2013). Enquanto que no sudeste, entre estudantes de Humanas, Exatas ou Biológicas, aqueles de Exatas se sobressaem sobre as demais no aspecto da circunferência da cintura, pressão arterial sistólica e diastólica superiores (GASPAROTTO et al., 2013). Contudo, um estudo encontrou prevalência de sobrepeso/obesidade em maioria feminina das áreas da Saúde, Exatas e Humanas (PONTE et al., 2019).

Entre cursos, observa-se a continuidade na tendência. Por exemplo, constata-se o excesso de peso em estudantes de Recursos Humanos e Administração quando comparados aos de Educação Física, Direito, Logística e Engenharia (MORI et al., 2017). Em outro estudo, estudantes de Educação Física fazem mais atividade física comparada com outros estudantes da área da saúde (Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia e Nutrição) (SOUZA et al., 2015).

Em outras partes do mundo, ocorre situação semelhante. Na Arábia Saudita, exemplificativamente, estudantes universitários se encontram em condições semelhantes ao do achado na UFMT, em que a prevalência de sobrepeso é de 20,4% e de obesidade de 14,9% (SYED et al., 2020). Enquanto isso, na China, o predomínio de sobrepeso e obesidade também foi observado com maiores escores em estudantes do sexo masculino (CHEN et al., 2020). Em Gana, os dados se alinham aos nossos achados com índices significativos para sobrepeso e obesidade entre universitários (OFORI; ANGMORTERH, 2019). Neste ínterim, na



Noruega, aumentaram os índices de excesso de peso num período de oito anos, sendo acelerado nos últimos quatro (GRASDALSMOEN et al., 2019), o que corrobora uma tendência mundial de sobrepeso entre estudantes universitários.

Em relação à percepção do peso, existe prevalência na maioria dos graduandos de todas as áreas na classificação levemente acima ou abaixo do peso, seguido de no peso certo. Isto demonstra ligeira inversão em relação ao peso normal detectado no IMC. Percebe-se que os estudantes demonstram insegurança quanto à sua condição real de peso, subestimando ou superestimando-o. A área de Ciências da Saúde foi aquela em que os estudantes se percebem com peso normal quando seus resultados do IMC demonstram que estão com obesidade. A área de Ciências Sociais demonstra que há uma relação direta de predominância entre a percepção de peso e a condição apresentada no IMC para os níveis de magreza, mas inversamente proporcional para a obesidade relacionada ao IMC. Nas demais áreas, a percepção maior é de que os estudantes se encontram na condição de peso certo, com exceção da área de Ciências Humanas, que se colocam nos extremos da magreza ou obesidade.

As distorções de autoimagem também foi detectada em um estudo realizado nos Estados Unidos (ROMANO; HAYNES; ROBINSON, 2018) em que os participantes, apesar de se encontrarem com peso normal, demonstraram preocupações com o estigma de peso, enquanto que na Comunidade Autônoma Basca (Espanha) as diferenças neste sentido foi mais autorreferida por acadêmicos do sexo feminino (SÁEZ; SOLABARRIETA; RUBIO, 2020). No Brasil, especificamente na UFMT, um estudo de conclusão de curso encontrou associações entre autopercepção negativa da saúde com a insatisfação da imagem corporal que está relacionada a fatores como sexo e excesso de peso (FORMIGHIERI, 2019). Em um estado da região sul brasileira, as mulheres de um curso de licenciatura em Educação Física são mais prevalentes (LIMA et al., 2020), enquanto que no nordeste brasileiro a prevalência da autopercepção da imagem corporal se associa ao sobrepeso, entre outros fatores (PONTE et al., 2019). Na Tailândia, as mulheres também tendem a se perceber erroneamente sobre sobrepeso mais do que os homens, sendo que estes se percebem abaixo do peso (SIRIRASSAMEE; PHOOLSAWAT; LIMKHUNTHAMMO, 2018), demonstrando que talvez se trate de um problema relacionado à idade e à condição universitária.

A autoavaliação dos estudantes quanto ao peso e a sua percepção leva o indivíduo a tomar, ou não, algumas medidas. A maioria de graduandos da área de Ciências



Sociais tem superioridade na atitude de querer perder ou ganhar peso, seguido de não fazer nada.

Os estudantes da área de Ciências da Saúde que querem manter peso, ou não, se vêm na necessidade de alterar a sua condição, enquanto estudantes das Engenharias não querem fazer nada ou querem perder ou ganhar peso. A contradição existente na área da Saúde reside no fato de que o IMC apontou para uma condição de obesidade e os estudantes declaram que não estão fazendo nada ou querem manter o peso.

É importante retomar o que foi dito anteriormente quanto aos cuidados que precisam ser tomados por uma avaliação indireta da condição de peso de indivíduos, porque a condição de obesidade tirada pelo peso atual do sujeito pode ser uma resposta ao aumento do peso muscular e não de gordura. Talvez esta observação possa justificar o fato dos participantes da atual pesquisa, especialmente da área de Saúde, declararem pouca preocupação com a perda de peso. Um estudo, realizado com população polonesa pelo período de 50 anos, demonstrou que os universitários atualmente são mais altos e mais pesados do que os seus colegas de décadas anteriores, mas o IMC permaneceu dentro das faixas de referências (KALKA; PASTUSZAK; BUŚKO, 2019).

Em relação ao uso de dieta para perder peso, como também da prática de exercícios com intenção de controlar o peso corporal, existe superioridade entre fazer dieta em todas as áreas pesquisadas na UFMT. Novamente na área de Ciências Sociais se percebe uma divisão entre fazer e não fazer dieta, sendo maior do que nas demais áreas, seguido da área da Saúde e das Engenharias.

Quanto ao uso de laxantes visando perder peso, existe predominância quanto ao não uso deste mecanismo entre as áreas. Preocupa a área da Saúde cujos percentuais de seus alunos se associam ao uso do laxante. Os estudantes da área de Ciências Sociais, seguido das Engenharias, são aqueles que menos fazem uso destas substâncias.

Por fim, quanto ao uso de pílulas para emagrecer, foram observadas associações entre os estudantes das áreas de Ciências Sociais, em seguida também os da Saúde.

Na Malásia, estudantes de enfermagem que tiveram percepção correta do peso corporal também foram menos propensos a se envolver na prática de perda de peso, sendo que fazem restrição alimentar e praticam exercícios físicos para reduzir peso, sendo um pequeno grupo que se envolvem em práticas não saudáveis (BADRIN; DAUD; ISMAIL, 2018).



As limitações de estudos transversais, quando realizados através de inquéritos autorreferidos e padronizados, não permite análises subsequentes quanto a fatores que são evidenciados durante o tratamento, como, por exemplo, as comparações por área de diferentes territórios do estado pesquisado. Contudo, o potencial do estudo se mostra exatamente por comparar estas distintas realidades, mesmo necessitando de demais estudos posteriores, bem como no quantitativo de amostra da pesquisa.

CONCLUSÕES

O estudo mostra que o perfil do comportamento de risco do estudante universitário da UFMT, relacionado à saúde e confrontado com a condição de sobrepeso e obesidade, revela uma maioria de participantes do sexo feminino na faixa etária entre 16 a 25 anos, da modalidade de bacharelado, com maioria nos momentos iniciais de suas graduações.

As associações entre as áreas demonstram que há desequilíbrios na prevalência em quase todas as áreas frente às classificações do IMC, por vezes, nas posições extremas dos níveis, numa condição também percebida em outras realidades do país e do exterior.

Os estudantes demonstram distorções entre o IMC que realmente têm com a auto percepção do peso, subestimando ou superestimando-o, especialmente nas áreas de Ciências da Saúde e Ciências Sociais. Neste sentido, os estudantes da área da Saúde assumem que preferem manter o peso talvez por reconhecerem que este índice não indica condição de gordura corporal e sim de aumento de massa magra.

Os estudantes da UFMT fazem dieta e exercícios para manter o peso na grande maioria das áreas, sendo que se percebe divisão entre fazer e não fazer dieta em Ciências Sociais, Saúde e Engenharias.

As demais medidas tomadas para se manter dentro de padrões estabelecidos para a manutenção da saúde da população universitária através do peso correto encontram predominância no uso de laxantes em estudantes da área da Saúde.

Fica evidente a necessidade de se estabelecer políticas internas de atendimento e monitoramento do estudante da Universidade Federal de Mato Grosso com vistas à manutenção dos índices preconizados pelos organismos internacionais, como também do Ministério da Saúde brasileiro para a população jovem universitária.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABULA, Kahar e colaboradores. Does knowledge of physical activity recommendations increase physical activity among chinese college students? Empirical investigations based on the transtheoretical model. **Journal of sport and health science**, v. 7, n. 1, p. 77-82, 2016.

ALVARENGA, Marle dos Santos; SCAGLIUSI, Fernanda Baeza; PHILIPP, Sonia Tucunduva. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias. **Revista de psiquiatria clinica**, v. 38, n. 1, p. 3-7, 2011.

ALZAMIL, Hana A. e colaboradores. A Profile of physical activity, sedentary behaviors, sleep, and dietary habits of saudi college female students. **Journal of family and community medicine**, v. 26, n. 1, p. 1-4, 2019.

ARSANDAUX, Julie e colaboradores. Health risk behaviors and self-esteem among college students: systematic review of quantitative studies. **International journal of behavioral medicine**, v. 27, n. 2, p. 142-159, 2020.

BADRIN, Salziyan; DAUD, Norwati; ISMAIL, Shaiful Bahari. Body weight perception and weight loss practices among private college students in Kelantan state, Malaysia. **Korean journal of family medicine**, v. 39, n. 6, p. 355-359, 2018.

BAIG, Mukhtiar e colaboradores. Prevalence of obesity and hypertension among university students' and their knowledge and attitude towards risk factors of cardiovascular disease (CVD) in Jeddah, Saudi Arabia. **Pakistan journal of medical sciences**, v. 31, n. 4, p. 816-820, 2015.

BRASIL. **I Levantamento nacional sobre o uso de álcool, tabaco e outras drogas entre universitários das 27 capitais brasileiras**. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo - USP e SENAD. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas: Brasília, DF, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2019: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf>. Acesso em 21 de fevereiro de 2021.

CHEN, Xiaobin e colaboradores. The association between BMI and health-related physical fitness among chinese college students: a cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 20, n. 444, p. 1-7, abr., 2020.

COHEN, Emmanuel e colaboradores. Development and validation of the body size scale for assessing body weight perception in african populations. **Plos one**, v. 10, n. 11, 2015.

CARVALHO, Carolina Abreu e colaboradores. The association between cardiovascular risk factors and anthropometric obesity indicators in university students in São Luís in the state of Maranhão, Brazil. **Ciência e saúde coletiva**, v. 20, n. 2, p. 479-490, 2015.



FARIA FILHO, Humberto Carlos de. **Prevalência de sobrepeso e obesidade e fatores associados em universitários da área da saúde no centro-oeste brasileiro**. 2020. 114f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva). Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, RS, 2020.

FORMIGHIERI, Kelly Cristina. **Autopercepção do estado de saúde e imagem corporal entre estudantes universitários**. 2019. 46f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição). Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, MT, 2019.

FRANCA, Carolina da; COLARES, Viviane. Validação do national college health risk behavior survey para utilização com universitários brasileiros. **Ciência & saúde coletiva**, v. 15, n. supl. 1, p. 1209-1215, jun., 2010.

FUNDAÇÃO COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. **Tabela áreas do conhecimento**. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/TabelaAreasConhecimento_072012_atualizada_2017_v2.pdf>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

GASPAROTTO, Guilherme S. e colaboradores. Fatores de risco cardiovascular em universitários: comparação entre sexos, períodos de graduação e áreas de estudo. **Medicina**, v. 46, n. 2, p. 154, 2013.

GRASDALSMOEN, Michael e colaboradores. Physical exercise and body-mass index in young adults: A national survey of norwegian university students. **BMC Public Health**, v. 19, n. 1, p. 1-9, out., 2019.

GRECCO, Mirele Savegnago Mialich. **Validação de índice de massa corporal (IMC) ajustado pela massa gorda obtido por impedância bioelétrica**. 2012. 175f. Tese (Doutorado em Clínica Médica). Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, SP, 2012.

KALKA, Ewa; PASTUSZAK, Anna; BUŚKO, Krzysztof. Secular trends in body height, body weight, BMI and fat percentage in polish university students in a period of 50 years. **Plos one**, v. 14, n. 8, p. 1-12, ago., 2019.

KEMMLER, Wolfgang e colaboradores. Impact of exercise changes on body composition during the college years - a five year randomized controlled study. **BMC public health**, v. 16, n. 50, p. 1-9, 2016.

INSTITUTO NACIONAL DE PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Sinopse estatística educação superior 2019**. Brasília, DF: Inep, 2020. Disponível em: <<http://portal.inep.gov.br/web/guest/sinopses-estatisticas-da-educacao-superior>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

LEE, Ji Eun e colaboradores. Dietary pattern classifications with nutrient intake and health-risk factors in korean men. **Nutrition**, v. 27, n. 1, p. 26-33, 2011.



LIMA, Flávia Évelin Bandeira e colaboradores. Percepção da imagem corporal em universitários de educação física. **Revista brasileira de obesidade, nutrição e emagrecimento**, v. 14, n. 87, p. 608-616, 2020.

LOFRANO-PRADO, Mara Cristina e colaboradores. Eating disorders and body image dissatisfaction among college students. **ConScientiae saúde**, v. 14, n. 3, p. 355-362, 2016.

MARQUES, Andréa; BARBOSA, Marileisa; GUEDES, Dartagnan. Exercise and fruit/vegetable intake in a sample of brazilian university students: association with nutritional status. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 22, n. 2, p. 165-175, 2017.

MORI, Claudia Oliveira e colaboradores. Excesso de peso em universitários: estudo comparativo entre acadêmicos de diferentes cursos e sexos. **Revista brasileira de obesidade, nutrição e emagrecimento**, v. 2, n. 11, p. 717-721, 2017.

NASCIMENTO, Tiago; ALVES, Felipe; SOUZA, Evanice. Barreiras percebidas para a prática de atividade física em universitários da área da saúde de uma instituição de ensino superior da cidade de Fortaleza, Brasil. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 22, n. 2, p. 137-146, 2017.

OFORI, Eric Kwasi; ANGMORTERH, Seth Kwadjo. Relationship between physical activity, body mass index (BMI) and lipid profile of students in Ghana. **Pan african medical journal**, v. 33, n. 30, p. 1-8, 2019.

OLFERT, Melissa D. e colaboradores. Sex differences in lifestyle behaviors among U.S. college freshmen. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 3, p. 482, 2019.

OLIVEIRA, Lucivalda Pereira Magalhães de e colaboradores. Índice de massa corporal obtido por medidas autorreferidas para a classificação do estado antropométrico de adultos: estudo de validação com residentes no município de Salvador, estado da Bahia, Brasil. **Epidemiologia e serviços de saúde**, v. 21, n. 2, p. 325-332, 2012.

OLIVEIRA, Luanna de Abreu de e colaboradores. Estresse nos acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. **Arquivos de ciências da saúde**, v. 21, n. 2, p. 118-123, abr./ jun., 2014.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. **Atividade física**. 2020. Disponível em: <<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

PEDROSA, Adriano Antonio da Silva e colaboradores. Consumo de álcool entre estudantes universitários. **Caderno de saúde pública**, v. 27, n. 8, p. 1611-1621, 2011.

PLOTNIKOFF, Ronald C. e colaboradores. Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review



and meta-analysis. **International journal of behavioral nutrition and physical activity**, v. 12, n. 45, p. 1-10, 2015.

PONTE, Michelle Alves Vasconcelos e colaboradores. Autoimagem corporal e prevalência de sobrepeso e obesidade em estudantes universitários. **Revista brasileira em promoção da saúde**, v. 32, n. 8510, p. 1–11, 2019.

ROMANO, Eugenia; HAYNES, Ashleigh; ROBINSON, Eric. Weight perception, weight stigma concerns, and overeating. **Obesity**, v. 26, n. 8, p. 1365-1371, 2018.

SÁEZ, Iker; SOLABARRIETA, Josu; RUBIO, Isabel. Physical self-concept, gender, and physical condition of bizkaia university students. **International Journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 14, p. 1-10, 2020.

SANTOS, Tiago e colaboradores. Atividade física em acadêmicos de educação física: um estudo longitudinal. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 22, n. 1, p. 76-84, 2017.

SILVA, Diego Augusto Santos e colaboradores. Associação do sobrepeso com variáveis sócio-demográficas e estilo de vida em universitários. **Ciência & saúde coletiva**, v. 16, n. 11, p. 4473-4479, 2011.

SIRIRASSAMEE, Tawima; PHOOLSAWAT, Sasiwan; LIMKHUNTHAMMO, Supakorn. Relationship between body weight perception and weight-related behaviours. **Journal of international medical research**, v. 46, n. 9, p. 3796-3808, 2018.

SOUSA, Thiago Ferreira de. **Sobrepeso e obesidade em estudantes universitários: prevalência e fatores associados em inquéritos repetidos**. 2014. 138f. Tese (Doutorado em Educação Física). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, 2014.

SOUZA, Ivo e colaboradores. Níveis de atividade física e estágios de mudança de comportamento de universitários da área de saúde TT - level of physical activity and behavior change stages among undergraduate students of health sciences. **Revista brasileira de atividade física & saúde**, v. 20, n. 6, p. 608-617, 2015.

SYED, Nabeel Kashan e colaboradores. The association of dietary behaviors and practices with overweight and obesity parameters among Saudi university students. **Plos one**, v. 15, n. 10, p. 1-15, set., 2020.

TURI, Bruna Camilo e colaboradores. Low levels of physical activity and metabolic syndrome: cross-sectional study in the brazilian public health system. **Ciência & saúde coletiva**, v. 21, n. 4, p. 1043-1050, 2016.

WAGNER, Roberto e colaboradores. Análise do perfil lipídico de uma população de estudantes universitários. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 21, n. 5, p. 1-8, 2013.



WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020**. Who library cataloguing-in-publication data. Geneva, Swiss, 2013. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789241506236>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World health statistics 2020**: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. v. 1. Geneva, Swiss, 2020. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311696/WHO-DAD-2019.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION **Prevalência de atividade física insuficiente entre adultos com 18 anos ou mais (estimativa padronizada por idade) (%)**. 2021. Disponível em: <<https://bit.ly/2YnTBqQ>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2021.

Dados do primeiro autor:

Email: tomires10@gmail.com

Endereço: Rua 235, quadra 80, n. 35, setor II, Bairro Tijucal, Cuiabá, MT, CEP: 78088-280, Brasil.

Recebido em: 02/03/2021

Aprovado em: 26/10/2021

Como citar este artigo:

LOPES, Tomires Campos; CAMPOS, Thamires Silva. Autopercepção e atitudes de estudantes da UFMT quanto ao peso e à imagem corporal. **Corpoconsciência**, v. 26, n. 1, p. 70-85, jan./abr., 2022.