Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Percepção da imagem corporal de estudantes de medicina em uma universidade do sul de Santa Catarina

Body image perception of medical students at a university in southern Santa Catarina

Percepción de la imagen corporal de estudiantes de medicina en una universidad del sur de Santa Catarina

Maria Amália Leonel da Silva[1], Viviane Pessi Feldens[1], Caio Osellame Naspolini[1], Amália Pessi Feldens[1], Valentina Pessi Feldens[1], Pedro Henrique Rocha Zin[1], Murilo Henrique de Almenau dos Santos[1], Beatriz de Farias Rinaldi[1], Thais Medeiros de Jesus[1], Thamara Vieira Bitencourt[1].

RESUMO

Objetivo: Avaliar a percepção da imagem corporal em acadêmicos de medicina. **Métodos:** Estudo observacional realizado com acadêmicos de medicina de uma universidade do Sul de Santa Catarina. Os dados foram coletados por meio do Body Shape Questionnaire (BSQ), que mensura a percepção negativa da imagem corporal. Foram incluídos estudantes de diferentes períodos do curso, sem restrição de idade ou sexo. **Resultados:** Participaram 402 acadêmicos, com média de idade de 22,68 anos. A pontuação média no BSQ foi 90,30. Entre os participantes, 52,62% apresentaram insatisfação corporal (≥80 pontos), mais prevalente entre mulheres. O uso de mídias sociais e o consumo de conteúdo relacionado à aparência foram maiores entre os insatisfeitos, que também praticavam exercícios voltados ao emagrecimento e seguiam dietas restritivas. Já os alunos com preocupação normal apresentaram uso moderado de redes sociais. **Conclusão:** A insatisfação corporal é comum entre acadêmicos de medicina, especialmente mulheres, e está associada ao uso intenso de redes sociais. Os achados destacam a importância de estratégias educativas voltadas à saúde mental e ao uso crítico das mídias.

Palavras-chave: Autoimagem, Imagem corporal, Comportamento de saúde, Estilos de vida.

ABSTRACT

Objective: To assess body image perception among medical students. **Methods:** Observational study conducted with medical students from a university in southern Santa Catarina. Data were collected using the Body Shape Questionnaire (BSQ), which measures negative body image perception. Students from different stages of the course were included, with no age or gender restrictions. **Results:** A total of 402 students participated, with a mean age of 22.68 years. The mean BSQ score was 90.30. Among participants, 52.62% showed body dissatisfaction (≥80 points), more prevalent among women. Social media use and consumption of appearance-related content were higher among dissatisfied students, who also engaged in weight-loss-oriented exercise and followed restrictive diets. Students with normal concern showed moderate use of social media. **Conclusion:** Body dissatisfaction is common among medical students, especially women, and

[1] Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão - SC.

SUBMETIDO EM: 8/2025 | **ACEITO EM: 9/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

is associated with intensive use of social media. These findings highlight the importance of educational strategies aimed at mental health and critical media use.

Keywords: Self-image, Body image, Health behavior, Lifestyles.

RESUMEN

Objetivo: Evaluar la percepción de la imagen corporal en estudiantes de medicina. **Métodos:** Estudio observacional realizado con estudiantes de medicina de una universidad del sur de Santa Catarina. Los datos fueron recolectados mediante el Body Shape Questionnaire (BSQ), que mide la percepción negativa de la imagen corporal. Se incluyeron estudiantes de diferentes periodos del curso, sin restricción de edad o sexo. **Resultados:** Participaron 402 estudiantes, con una edad media de 22,68 años. La puntuación media en el BSQ fue de 90,30. Entre los participantes, el 52,62% presentó insatisfacción corporal (≥80 puntos), más prevalente entre las mujeres. El uso de redes sociales y el consumo de contenido relacionado con la apariencia fueron mayores entre los insatisfechos, quienes también practicaban ejercicios enfocados en la pérdida de peso y seguían dietas restrictivas. Por otro lado, los estudiantes con preocupación normal presentaron un uso moderado de redes sociales. **Conclusión:** La insatisfacción corporal es común entre estudiantes de medicina, especialmente mujeres, y está asociada al uso intenso de redes sociales. Los hallazgos destacan la importancia de estrategias educativas orientadas a la salud mental y al uso crítico de los medios.

Palabras clave: Autoimagen, Imagen corporal, Comportamiento de salud, Estilos de vida.

INTRODUÇÃO

A imagem corporal (IC) é um construto multidimensional que representa a percepção subjetiva que um indivíduo tem da própria aparência física, características corporais e a maneira como acredita ser percebido pelos outros. Em essência, é como percebe a sua identidade física (YURTSEVER I, et al.,2022). A compreensão de IC engloba três complexas dimensões com foco no corpo: a percepção corporal: forma como o indivíduo percebe seu corpo; o conceito: compreensão conceitual do corpo (conhecimentos científicos, místicos e crenças); e o afeto corporal: atitude do indivíduo quanto ao próprio corpo (JIMÉNEZ-LIMAS K, et al., 2022)

Dessa forma, se a IC pode ser definida como as percepções, sentimentos e pensamentos de uma pessoa quanto ao próprio corpo (UCHÔA FNM, et al., 2019). Então uma insatisfação pessoal, que ocorre quando as visões do corpo são negativas e pode envolver uma discrepância percebida entre a avaliação da pessoa de seu corpo real e do ideal, leva a prejuízos ao indivíduo (YURTSEVER I, et al.,2022). Esses sentimentos alteram certas funções cognitivas podendo trazer comportamentos prejudiciais, por exemplo, uma pessoa com uma imagem corporal distorcida está em risco de desenvolver transtornos alimentares (TA) (DANE A e BHATIA K, 2023).

Por conseguinte, a insatisfação corporal tem sido amplamente associada a pressões sociais, incluindo uma crescente influência das mídias sociais. A representação de padrões corporais idealizados tem sido presente nos meios de comunicação por muitos anos, promovendo ideais de beleza que são frequentemente inatingíveis e contrários à realidade física de grande parte da população. Hoje há evidências de diversos estudos que demostram que os usos de redes sociais alteram a PC levando a preocupações com a própria imagem, causando uma saúde mental deficiente por meio de vias mediadoras de comparação social (DANE A e BHATIA K, 2023).

Além disso, há a hipótese de que exista uma diferença no ideal de corpo entre homens e mulheres. Entretanto, estudos sobre insatisfação corporal em homens mostram que muitos desejam ter um corpo maior ou ganhar peso, buscando, assim, um corpo ideal com abundância de massa muscular (OHARA K, et al., 2020). Essa questão é refletida nos critérios diagnósticos atuais dos transtornos alimentares, que

enfatizam a incapacidade de manter um peso corporal adequado, o medo de ganhar peso e comportamentos variados destinados a evitar esse ganho (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Ademais, nos últimos anos, o mundo está enfrentando uma nova epidemia midiática, que consiste em um contraste ao ideal magro, antigamente atribuído a mulheres. O corpo ideal no momento é caracterizado por um duplo foco: magreza, ou seja, baixa gordura corporal; e definição muscular. É evidente que grande parte dos indivíduos se comparam com os exemplos midiáticos, mesmo não compartilhando a mesma realidade (HARRIGER JA, et al., 2020). Essa comparação traz frustações quanto ao corpo, já que atingir esses padrões não é tão fácil quanto mostrado nas redes sociais. Assim, os indivíduos acabam recorrendo a meios inadequados para tentar alcançar o corpo ideal, através de dietas restritivas, abuso de medicamentos, práticas de atividade física em excesso, ou até mesmo realização de procedimentos cirúrgicos (QUEIROZ PF, et al., 2023).

Logo, é notável a urgência de analisar a percepção corporal, já que a forma como a pessoa vê o próprio corpo influencia na autoconfiança e senso de identidade, está ligada ao bem-estar emocional (KHALAF A, et al., 2021). Nesse sentido, uma faixa etária que, sujeita a mudanças da própria juventude e da transição universitária, constitui um grupo populacional especialmente vulnerável (ROCHA RMA e CAURIN NB, 2023).

Ainda considerando que esta geração cresceu imersa em redes sociais, fica evidente que uma população que deveria ser analisada são os jovens adultos, nas universidades. Assim, este projeto teve por objetivo avaliar a percepção da imagem corporal em acadêmicos do curso de medicina de uma universidade do Sul do país.

MÉTODOS

Trata-se de estudo epidemiológico observacional, de delineamento transversal, com abordagem quantitativa e qualitativa, realizado no segundo semestre de 2024, envolvendo acadêmicos de medicina de uma universidade do Sul de Santa Catarina.

Foram convidados todos os estudantes regularmente matriculados nas fases dois, quatro, seis e oito do curso de Medicina Currículo Integrado (n=404). Foram excluídos acadêmicos menores de 18 anos e aqueles ausentes nas aulas no momento da aplicação do questionário.

A coleta ocorreu após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (parecer nº 6.935.397, CAE: 79464724.0.0000.0261, 06 de junho de 2024). Os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Aplicou-se formulário sociodemográfico e de hábitos e comportamentos, além do *Body Shape Questionnaire* (BSQ) – Questionário de Forma Corporal (COOPER PJ, 1987), validado no Brasil por Di Pietro e Silveira (2009). O BSQ possui 34 itens, pontuados de 0 (“nunca”) a 6 (“sempre”), com escore total de 0 a 204, classificado como: ≤80 (ausência de insatisfação), 81–110 (leve), 111–139 (moderada) e ≥140 (grave).

Variáveis qualitativas foram apresentadas em frequências absolutas e relativas; variáveis quantitativas, em médias e desvios-padrão. Utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk para normalidade, qui-quadrado de Pearson (com *post hoc* de resíduos ajustados, quando pertinente) e teste *t* de Student. Adotou-se nível de significância de 5% ($p<0,05$). As análises foram conduzidas no software Stata 16.1 (StataCorp, 2019).

RESULTADOS

Participaram do estudo 402 acadêmicos do curso de Medicina, com média de idade de 22,68 anos (desvio-padrão – DP: ±5,07 anos). A pontuação média no Body Shape Questionnaire (BSQ) foi de 90,30 pontos (DP: ±39,16 pontos), variando de 34 a 204 pontos. Entre os avaliados, 190 (47,38%) apresentaram preocupação normal com a forma corporal (<80 pontos), 103 (25,69%) insatisfação corporal leve (80–110 pontos), 57 (14,21%) insatisfação corporal moderada (111–140 pontos) e 51 (12,72%) insatisfação corporal

severa (≥141 pontos). Considerando o ponto de corte ≥80 pontos para insatisfação corporal, 211 (52,62%) apresentaram preocupação excessiva com o corpo e 190 (47,38%) preocupação normal. A média de idade dos participantes com insatisfação corporal foi de 22,14 anos (DP: ±4,015 anos) e daqueles com preocupação normal de 23,47 anos (DP: ±5,99 anos).

Na análise das características sociodemográficas (**Tabela 1**), verificou-se maior frequência de mulheres no grupo com insatisfação corporal (85,31%) em comparação ao grupo com preocupação normal (51,58%). Quanto aos hábitos e comportamentos (**Tabela 2**), entre os participantes com insatisfação corporal, observou-se maior frequência de uso de mídias sociais por cinco a seis horas/dia (22,27%) e mais de sete horas/dia (9,00%); consumo diário de conteúdo relacionado à aparência física (67,14%); comparação física com pessoas vistas na mídia (99,05%); relato de sentimentos negativos com o corpo devido a conteúdo visualizado nas mídias sociais (92,89%); prática de exercícios com objetivo principal de perda de peso (45,45%); percepção de pressão para se exercitar a fim de se adequar a padrões de beleza (77,25%); sentimentos negativos por não atingir objetivos nos exercícios (91,94%); adoção de dietas alimentares no momento da coleta (52,61%); realização prévia de dietas extremas ou restritivas (61,72%); percepção de influência das mídias sociais nas escolhas alimentares (88,10%); realização de cirurgias estéticas (31,28%); intenção ou consideração prévia de realizar cirurgia plástica (86,26%); e histórico de bullying relacionado à aparência (56,40%).

Entre os participantes com preocupação normal, houve maior frequência de uso de mídias sociais de uma a duas horas/dia (30,53%); consumo de conteúdo relacionado à aparência física raramente ou nunca (26,32%) e uma a duas vezes por semana (17,37%); prática de exercícios com objetivo principal voltado à saúde (35,45%), definição muscular (42,86%) ou lazer (12,17%).

Na análise das respostas do BSQ (**Figura 2**), as maiores frequências da categoria “Sempre” ocorreram para a preocupação com o ganho de peso (Questão 4 – 32,09%) e a prática de atividade física decorrente da preocupação corporal (Questão 34 – 31,09%). Já nas respostas com maiores frequências da categoria “Nunca” (**Figura 3**) foram registradas para a indução de vômito para se sentir mais magro (Questão 26 – 83,33%) e o uso de laxantes para o mesmo fim (Questão 32 – 81,59%).

Tabela 1 - Descrição do número e porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina segundo as variáveis sociodemográficas e percepção da imagem corporal (BSQ).

Variáveis	BSQ						
	Normal		Preocupação excessiva		Valor de p¥	Total	
	N	%	N	%		N	%
Sexo							
Feminino	98	51,58	180	85,31	**<0,0001**	278	69,33
Masculino	92	48,42	31	14,69		123	30,67
Faixa etária (anos)							
18 a 29	167	87,89	198	93,84	0,050	365	91,02
30 a 39	17	8,95	12	5,69		29	7,23
40 a 56	6	3,16	1	0,47		7	1,75
Semestre que está matriculado							
Segundo	57	30,00	72	34,12	0,466	129	32,17
Quarto	45	23,68	54	25,59		99	24,69
Sexto	45	23,68	50	23,70		95	23,69
Oitavo	43	22,63	35	16,59		78	19,45

Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Tabela 2 - Descrição do número e porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina segundo as variáveis de estilo de vida (hábitos/comportamentos) e percepção da imagem corporal (BSQ).

Variáveis	BSQ Normal		BSQ Preocupação excessiva		Valor de p¥	Total	
	N	%	N	%		N	%
Média de uso de mídias sociais (horas/dia)							
1 a 2	58	30,53[a]	36	17,06[b]	**0,001**	94	23,44
3 a 4	100	52,63	109	51,66		209	51,12
5 a 6	26	13,68[a]	47	22,27[b]		73	18,20
7 e mais	6	3,16[a]	19	9,00[b]		25	6,23
Frequência de consumo ou interação com conteúdos relacionados à aparência (vezes/semana)							
Raramente ou nunca	50	26,32[a]	14	6,67[b]	**<0,0001**	64	16,00
1 a 2	33	17,37[a]	18	8,57[b]		51	12,75
3 a 4	34	17,89	37	17,62		71	17,75
Todos os dias	73	38,42[a]	141	67,14[b]		214	53,50
Você já se comparou com outras pessoas que vê na mídia em termos de aparência física							
Não	33	17,37	2	0,95	**<0,0001**	35	8,73
Sim	157	82,63	209	99,05		366	91,27
Você já experimentou sentimentos negativos sobre seu corpo devido ao conteúdo que você vê em mídias sociais							
Não	89	46,84	15	7,11	**<0,0001**	104	25,94
Sim	101	53,16	196	92,89		297	74,06
Com que frequência você pratica atividades físicas							
Raramente ou nunca	25	13,16	30	14,22	0,375	55	13,72
1 a 2	31	16,32	38	18,01		69	17,21
3 a 4	83	43,68	102	48,34		185	46,13
Todos os dias	51	26,84	41	14,22		92	22,94

Legenda: N: número; **%:** porcentagem; **¥:** relativo ao teste de qui-quadrado de Pearson (p<0,05).
Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Tabela 2 - Descrição do número e porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina, segundo as variáveis de estilo de vida (hábitos/comportamentos) e percepção da imagem corporal (BSQ).

Variáveis	BSQ Normal		BSQ Preocupação excessiva		Valor de p¥	Total	
	N	%	N	%		N	%
Qual tipo de atividade física principal							
Esportes em grupo	25	13,23	16	7,77	0,121	41	10,38
Esportes individuais	29	15,34	26	12,62		55	13,92
Musculação	135	71,43	164	79,61		299	75,70
Qual o seu principal objetivo ao se exercitar							
Saúde no geral	67	35,45[a]	45	21,53[b]		112	28,14
Definição muscular	81	42,86[a]	64	30,62[b]	**<0,0001**	145	36,43
Lazer	23	12,17[a]	5	2,39[b]		28	7,04
Perda ponderal	18	9,52[a]	95	45,45[b]		113	28,39
Você se sente pressionado (a) a se exercitar para se adequar a padrões de beleza impostos pela sociedade?							
Não	140	73,68	48	22,75	**<0,0001**	188	46,88
Sim	50	26,32	163	77,25		213	53,12
Você já experimentou sentimentos negativos sobre seu corpo quando não atingiu seus objetivos de exercício?							
Não	91	48,15	17	8,06	**<0,0001**	108	27,00
Sim	98	51,85	194	91,94		292	73,00
Você segue alguma dieta							
Não	123	64,74	100	47,39	**<0,0001**	223	55,61
Sim	67	35,26	111	52,61		178	44,39
Quem prescreveu a dieta							
Eu mesma	76	59,38	96	59,26	0,984	172	59,31
Profissional da área	52	40,63	66	40,74		118	40,69

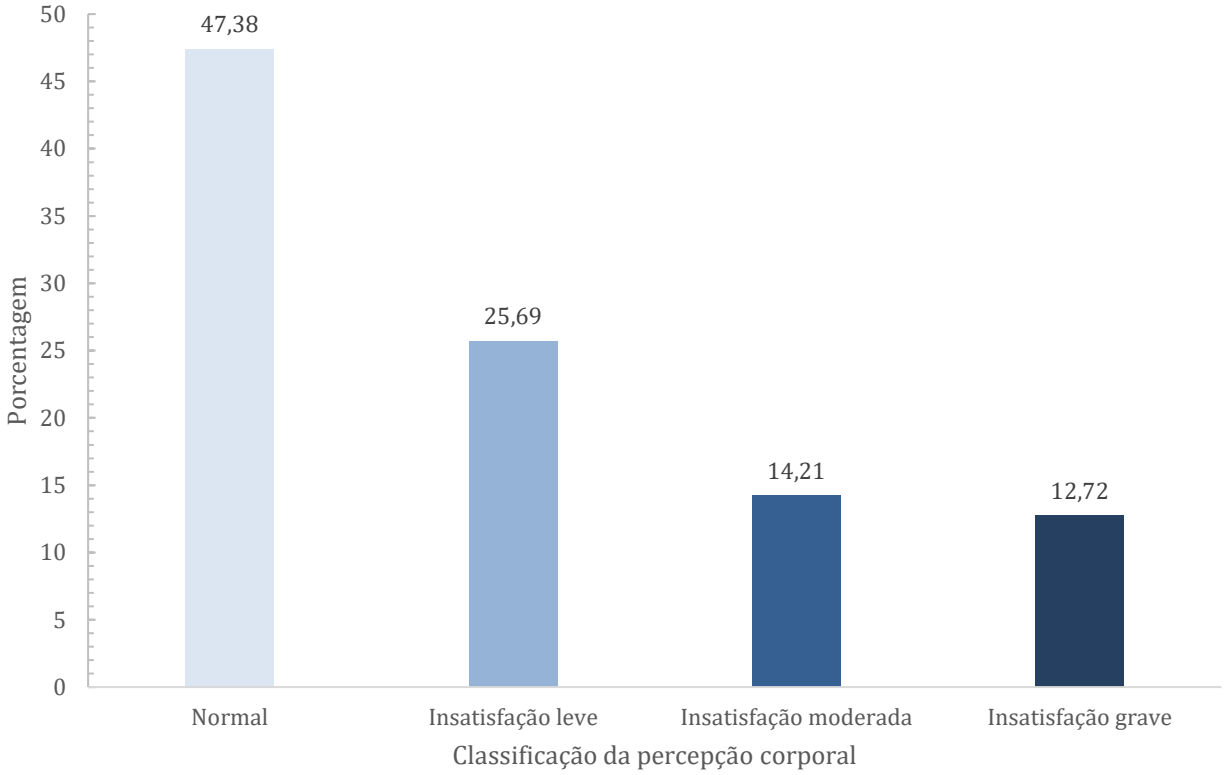
Legenda: N: número; **%:** porcentagem; **¥:** relativo ao teste de qui-quadrado de Pearson (p<0,05).
Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Tabela 2 - Descrição do número e porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina, segundo as variáveis de estilo de vida (hábitos/comportamentos) e percepção da imagem corporal (BSQ).

Variáveis	BSQ				Valor de p¥	Total	
	Normal		Preocupação excessiva				
	N	%	N	%		N	%
Você já tentou dietas extremas ou restritivas							
Não	162	85,71	80	38,28	**<0,0001**	242	60,80
Sim	27	14,29	129	61,72		156	39,20
Você acredita que a mídia e as redes sociais influenciam suas escolhas dietéticas							
Não	76	40,64	25	11,90	**<0,0001**	101	25,44
Sim	111	59,36	185	88,10		296	74,56
Você já fez cirurgia estética							
Não	160	84,21	145	68,72	**<0,0001**	305	76,06
Sim	30	15,79	66	31,28		96	23,94
Você já considerou fazer uma cirurgia plástica para alterar algum aspecto de sua aparência física?							
Não	89	46,84	29	13,74	**<0,0001**	118	29,43
Sim	101	53,16	182	86,26		283	70,57
Você já sofreu *bullying* relacionado à sua aparência física							
Não	114	60,00	92	43,60	**0,001**	206	51,37
Sim	76	40,00	119	56,40		195	48,63

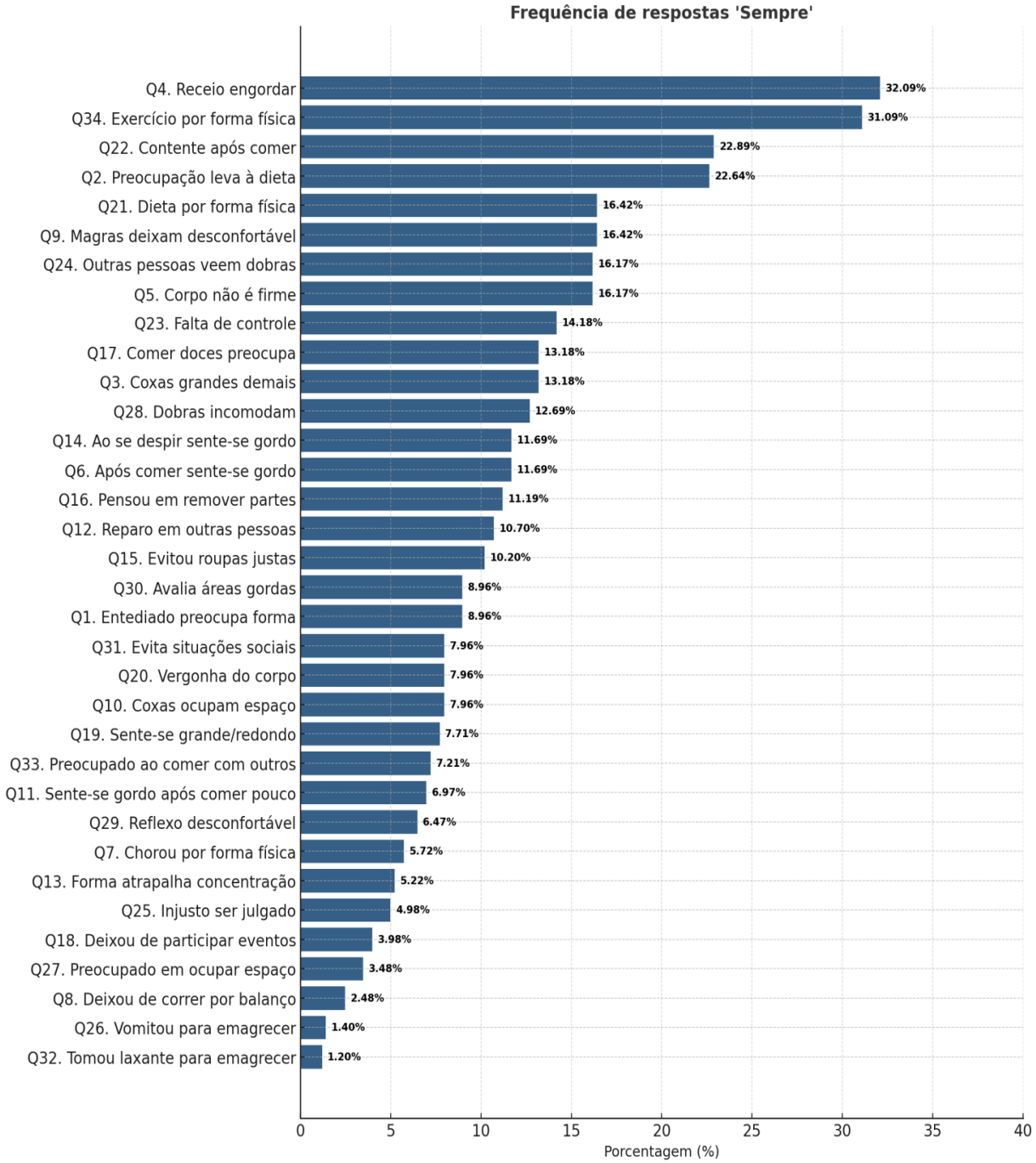
Legenda: N: número; **%:** porcentagem; **¥:** relativo ao teste de qui-quadrado de Pearson (p<0,05).
Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Figura 1 - Porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina, segundo o grau de percepção da imagem corporal (BSQ).



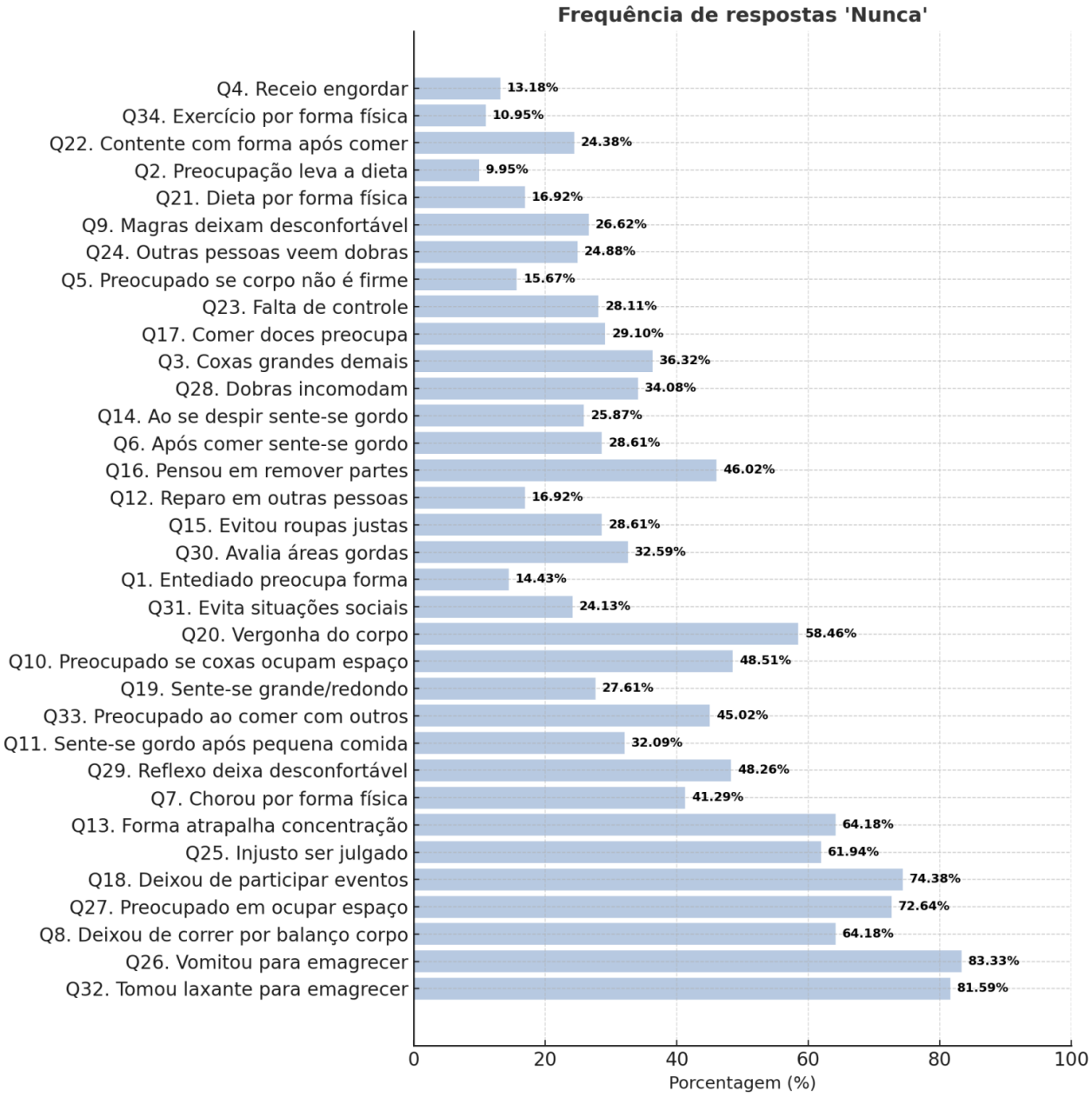
Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Figura 2 - Porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina segundo as respostas ‘’SEMPRE’’ nas questões do Questionário BSQ.



Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

Figura 3 - Porcentagem de acadêmicos (n=402) do curso de medicina segundo as respostas ‘’NUNCA’’ nas questões do Questionário BSQ.



Fonte: Da Silva MA, et al., 2025.

DISCUSSÃO

O presente estudo foi conduzido no curso de Medicina em uma universidade do Sul de Santa Catarina, por meio da aplicação do BSQ, juntamente com um questionário elaborado pela autora, que incluía informações sociodemográficas, hábitos e uso de redes sociais. O estudo envolveu 404 participantes, dos quais dois questionários foram descartados por pertencerem a estudantes com menos de 18 anos.

Em relação aos dados sociodemográficos, observou-se que a idade média dos estudantes foi de 22,68 anos, variando entre 18 e 56 anos. A pesquisa revelou que 69,33% dos estudantes entrevistados pertencem ao sexo feminino, indicando uma maior predominância desse gênero no curso de Medicina nos semestres examinados. Esse dado é sustentado pela Demografia Médica 2024, lançada pelo Conselho Federal de Medicina (CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA, 2024), que constatou que as mulheres representam 49,92% do total de médicos no país e, entre os profissionais com até 39 anos, as mulheres são maioria,

correspondendo a 58%. A Demografia também estima que, ainda em 2024, esse percentual ultrapassará o dos homens, fenômeno já observado entre os acadêmicos desta universidade.

Em uma análise mais detalhada da variável sexo, observamos que o estudo mostrou uma prevalência significativamente maior ($p < 0,0001$) de mulheres que se preocupam excessivamente com o corpo. Também podemos considerar a questão que apresentou maior frequência na categoria "Sempre" — a Questão 4, diretamente relacionada ao receio de engordar. Edlund K, et al. (2022) revelaram que as mulheres apresentam níveis mais elevados de insatisfação corporal em comparação aos homens. Além disso, a insatisfação corporal e a prática compulsiva de exercícios foram correlacionadas com sintomas autodeclarados de depressão nessa população.

Podemos notar que a população masculina parece não sofrer tanto com uma preocupação excessiva em alcançar um corpo perfeito. Uma análise realizada entre 2017 e 2022 demonstrou que a insatisfação corporal foi encontrada em mais da metade dos estudantes, sendo a maioria mulheres e desejando uma figura mais magra (JIMÉNEZ-LIMAS K, et al., 2022). Assim, o presente estudo sugere que, apesar de ambos os gêneros apresentarem insatisfação corporal, nas mulheres, além de um maior grau de severidade, a pressão continua direcionada ao mesmo propósito: a perda de peso.

Quanto à média de pontos obtida no BSQ (90,30), podemos notar que está 10 pontos acima do ponto de corte utilizado (≥80 pontos), já que a maior parte dos participantes da pesquisa (52,62%) apresenta algum grau de insatisfação corporal. O estudo demonstrou uma discordância em relação a referências recentes, como o estudo de Yurtsever I, et al. (2022), que obteve uma média de 79,60 no BSQ em uma amostra de 81 participantes.

Observamos também que a média de idade dos indivíduos com preocupação excessiva com o corpo foi estatisticamente menor ($p = 0,029$), levando à reflexão de que a insatisfação pode estar se intensificando nas novas gerações. Assim, podemos considerar alguns fatores que podem influenciar o aumento da média, como o fato de o presente estudo envolver uma amostra de uma população jovem, o que aumenta a exposição a agentes mediadores de comparação social, como revistas, acesso à televisão e mídias sociais. Esses fatores podem ter contribuído para o aumento da preocupação corporal (BRITO AA e THIMÓTEO TB, 2020; POLESSO PASC, 2020).

Os resultados desta pesquisa indicam que a insatisfação com a imagem corporal é uma preocupação significativa entre os acadêmicos de Medicina, com 52,62% dos participantes apresentando preocupação excessiva com a forma do corpo, conforme o Questionário de Forma Corporal (BSQ). Esta informação corrobora com a pesquisa que analisou o BSQ em alunas do curso de Saúde, revelando que 51,1% delas apresentaram algum nível de insatisfação corporal (KESSLER A, et al., 2018). Além disso, a análise por categorias mostrou uma alta prevalência de insatisfação severa (12,72%), merecendo atenção, pois está associada a comportamentos de risco, como transtornos alimentares e depressão. Canali P, et al. (2022) correlacionaram o risco de transtornos alimentares com a imagem corporal, observando que, dentre 63,5% dos estudantes com risco para desenvolvimento de tais transtornos, 43% apresentavam insatisfação corporal, principalmente por se sentirem com excesso de peso.

Quanto ao uso de mídias, os dados apresentados revelam uma associação significativa entre o uso intenso de mídias sociais e a preocupação excessiva com o corpo entre os acadêmicos. Aqueles com maior preocupação corporal passam mais tempo nas redes sociais, utilizando-as por cinco a seis horas diárias (22,27%) ou mais de sete horas (9,00%), em comparação com os que possuem uma percepção corporal mais equilibrada (13,68% e 3,16%, respectivamente).

Uchôa FNM, et al. (2019) demonstraram que um total de 54,7% da amostra com insatisfação corporal sofre influência da mídia. Além disso, essa população mais preocupada também consome conteúdo relacionado à aparência física de forma muito mais frequente (67,14% vs 38,42%). Esses achados sugerem que o tempo gasto nas mídias pode gerar uma maior suscetibilidade a padrões corporais idealizados, o que pode contribuir para a intensificação de comportamentos prejudiciais à saúde física e mental.

Outro dado que merece destaque é o impacto emocional significativo que o conteúdo visualizado nas mídias sociais parece ter sobre esses acadêmicos. A maioria daqueles com preocupação excessiva relatou já ter tido sentimentos negativos em relação ao próprio corpo devido ao conteúdo visualizado nas redes (92,89%), comparado aos que possuem uma percepção corporal mais normalizada. Além disso, 99,05% desse grupo se compara fisicamente com outras pessoas vistas na mídia, o que pode indicar um ciclo de insatisfação corporal constante, alimentado pela exposição às redes sociais. O desejo de modificar o corpo por meio de cirurgias plásticas também é muito mais prevalente entre os que sofrem maior pressão estética, com 86,26% já considerando realizar algum tipo de cirurgia. Estudos sugerem que a população está sendo influenciada pela mídia, desde a realização de cirurgias plásticas até o comportamento alimentar, levando inclusive a uma maior insatisfação corporal (SOUZA KS, et al., 2021; ROCHA RMA e CAURIN NB, 2023). Esses fatores, em conjunto, destacam o papel das mídias em perpetuar expectativas irreais de aparência física e seu impacto emocional adverso, resultando em mais pressões para a adequação a padrões de beleza inalcançáveis.

Ainda considerando o questionário de hábitos, os comportamentos relacionados à dieta e ao exercício também diferem marcadamente entre os dois grupos. Os acadêmicos mais preocupados com a imagem corporal relatam maiores taxas de dietas extremas ou restritivas (61,72% vs 14,29%) e estão mais propensos a seguir padrões alimentares rigorosos (52,61% vs 35,26%). Considerando que 96 (59,26%) alunos com preocupação anormal adotaram padrões alimentares prescritos por eles mesmos, sem a orientação de um profissional. Essas dietas, frequentemente adotadas com o objetivo de atingir um padrão estético idealizado, podem resultar em carências nutricionais, desregulação metabólica e, em casos mais graves, contribuir para o desenvolvimento de distúrbios alimentares (DOS SANTOS SILVA BL, et al., 2020). Estudos indicam que, quando a insatisfação com a imagem corporal é alta, o comportamento de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares também tende a ser alto (PINTO DCD e QUADRADO RP, 2018; CANALI P, et al., 2022). Além disso, dos acadêmicos pesquisados, 45,45% se exercitam com o objetivo principal de perda de peso, em comparação com apenas 9,52% dos acadêmicos com uma percepção corporal mais saudável. Esses achados podem revelar a magnitude das influências externas, principalmente das redes sociais, no desenvolvimento de hábitos alimentares e físicos pouco saudáveis, que podem levar a distúrbios alimentares e insatisfação corporal profunda.

Podemos considerar também os dados apresentados na **Tabela 2**, os quais indicam que os acadêmicos com uma preocupação normal com o corpo têm um comportamento equilibrado em relação ao uso das mídias sociais e à prática de exercícios físicos, comparados aos que têm uma percepção problemática da imagem corporal. Esses estudantes tendem a utilizar menos as redes sociais, com uma maior frequência de uso moderado (uma a duas horas/dia), o que pode estar relacionado a uma menor exposição a conteúdos que promovem padrões estéticos inalcançáveis. Além disso, eles interagem menos com conteúdos relacionados à aparência física. Esses achados corroboram estudos que mostram a forte influência da mídia na definição de novos padrões de beleza. Embora o padrão de beleza masculino tenha historicamente se voltado para um físico mais musculoso e definido, o padrão feminino, que durante muito tempo focou na extrema magreza, tem recentemente se direcionado para a busca da muscularidade, em ambos os sexos, o padrão corporal promovido pela mídia permanece inalcançável (CAMPOS JH, 2021; HOFFMANN S e WARSCHBURGER P, 2018). Assim, o presente estudo pode sugerir que uma menor exposição a essa mídia pode atuar como um fator de proteção contra a insatisfação corporal e transtornos relacionados a essa questão.

No que diz respeito à prática de exercícios, os acadêmicos com preocupação normal com o corpo mostram um enfoque mais voltado para a saúde, lazer e definição muscular, em contraste com aqueles que apresentam uma preocupação corporal excessiva, que frequentemente se exercitam com o principal objetivo de perder peso. Essa ênfase no bem-estar físico e mental, ao invés da aparência, pode refletir uma abordagem mais equilibrada e sustentável em relação ao corpo. Isso sugere que a moderação no uso das mídias sociais pode estar associada a uma visão mais saudável do corpo e a uma menor vulnerabilidade à insatisfação corporal (FERNANDES K, 2019; SANTOS MS e GONÇALVES VO, 2020). No entanto, estudos experimentais sobre a influência das mídias sociais na satisfação corporal ainda são limitados,

provavelmente devido à dificuldade de monitorar, em um ambiente controlado, o que é exibido para cada indivíduo em suas redes sociais, especialmente nas plataformas mais recentes e dinâmicas (HARRIGER JA, THOMPSON JK e TIGGEMANN M, 2023).

Embora os resultados ofereçam insights valiosos sobre a percepção da imagem corporal entre acadêmicos de Medicina, a pesquisa apresenta algumas limitações. O estudo foi realizado em uma única instituição, limitando a generalização dos achados. Além disso, a natureza transversal do estudo impede a determinação de relações causais entre os fatores investigados. Estudos futuros poderiam explorar essas relações de forma mais detalhada.

CONCLUSÃO

O estudo analisou a percepção da imagem corporal de 402 acadêmicos de medicina, identificando que 52,62% apresentaram insatisfação corporal, com maior prevalência entre as mulheres. Além disso, foi observada correlação entre o uso de redes sociais e insatisfação corporal, sendo que acadêmicos que usavam as redes por mais tempo relatam maior comparação física, sentimentos negativos com a aparência e maior probabilidade adotar comportamentos não saudáveis, como dietas restritivas e exercícios voltados para perda de peso. Em contrapartida, aqueles com preocupação normal com o corpo demonstraram hábitos mais equilibrados, com foco em saúde e lazer.

REFERÊNCIAS

1. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014; 992p.
2. BRITO AA, THIMÓTEO TB. Redes sociais, suas implicações sobre a imagem corporal de estudantes adolescentes e o contexto da pandemia do coronavírus (COVID-19). Temas em Educação Física Escolar, 2020; 5(2): 105-125.
3. CAMPOS JH. Transtorno dimórfico corporal - Insatisfação patológica com autoimagem e a busca por procedimentos estéticos. Aesth Orofacial Sci, 2021; 2(1): 1-6.
4. CANALI P, et al. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. RBONE, 2022; 15(93): 244-250.
5. COOPER PJ, et al. The development and validation of the body shape questionnaire. Int J EatDisord, 1987; 6(4): 485-494.
6. DANE A, BHATIA K. The social media diet: a scoping review to investigate the association between social media, body image and eating disorders amongst young people. PLOS Global Public Health, 2023; 3(3): e0001091.
7. DI PIETRO M, SILVEIRA DX.Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. Braz J Psychiatry, 2009; 31(1): 21-24.
8. DOS SANTOS SILVA BL, et al. A influência da mídia sobre o comportamento alimentar: fazendo refletir a adoção de dietas restritivas. BrazilianJournalofDevelopment, 2020; 6(10): 76028-76036.
9. EDLUND K, et al. Body image and compulsive exercise: are there associations with depression among university students? EatingandWeightDisorders, 2022; 27(7): 2397-2405.
10. FERNANDES K. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto. Dissertação (Mestrado em Saúde) – Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2019; 112p.
11. HARRIGER JA, THOMPSON JK, TIGGEMANN M. TikTok, TikTok, the time is now: future directions in social media and body image. Body Image, 2023; 44: 222-226.
12. HOFFMANN S, WARSCHBURGER P. Patterns of body image concerns in adolescence and early adulthood: a latent profile analysis. Eating Behaviors, 2018; 29: 28-34.
13. JIMÉNEZ-LIMAS K, et al. Body dissatisfaction, distorted body image and disordered eating behaviors in university students: an analysis from 2017-2022. Int J Environ Res Public Health, 2022; 19(18): 11482.

14. KESSLER A, et al. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. SciELO Brasil, 2018; 24(2): 15-25.
15. KHALAF A, et al. The relationship between body appreciation and self-esteem and associated factors among Omani university students: an online cross-sectional survey. Sultan QaboosUniv Med J, 2021; 21(3): e324-e331.
16. OHARA K, et al. Eating behavior and perception of body shape in Japanese university students. EatWeightDisord, 2020; 25(3): 725-733.
17. PINTO DCD, QUADRADO RP. Imagens em construção: satisfação corporal e transtornos alimentares em acadêmicos da área da saúde. RELACult, 2018; 4: 1-15.
18. POLESSO PASC. Mídia social e internet predispõe a ansiedade, depressão, bulimia e anorexia em adolescentes e adultos jovens: uma revisão de literatura. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade X, 2020; 45p.
19. ROCHA RMA, CAURIN NB. Insatisfação corporal, mídia e muscularidade: a busca pelo padrão inalcançável. Psicodebate, 2023; 9(1): 121-133.
20. SANTOS MS, GONÇALVES VO. Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física. ItinerariusReflectionis, 2020; 16(3): 1-18.
21. SOUZA KS, et al. Influência da mídia sobre o corpo feminino: uma revisão sistemática. ICHS, 2021; 9(2): 385-400.
22. STATA CORP. Stata: release 16.1. Statistical Software. College Station, TX: StataCorp LLC, 2019.
23. UCHÔA FNM, et al. Influence of the mass media and body dissatisfaction on the risk in adolescents of developing eating disorders. Int J Environ Res Public Health, 2019; 16(9): 1508.
24. YURTSEVER I, et al. Body Shape Questionnaire-34 (BSQ) and Functionality Appreciation Scale (FAS) - pertinent body image screening tools: creation and validation of Polish language versions. SciProg, 2022; 105(3): 368504221117068