



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**  
**CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA**

**LUCAS LOURENÇO DA SILVA**

**RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM  
ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO: UMA REVISÃO  
SISTEMÁTICA**

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO**

**2023**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO**

**CENTRO ACADÊMICO DA VITÓRIA**

**EDUCAÇÃO FÍSICA LICENCIATURA**

**LUCAS LOURENÇO DA SILVA**

**RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM  
ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO: UMA REVISÃO  
SISTEMÁTICA**

TCC apresentado ao Curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para a obtenção do título de graduado em Educação Física Licenciatura.

**Orientador(a):** Dra. Danielle de Andrade Pitanga Melo.

**VITÓRIA DE SANTO ANTÃO**

**2023**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Silva, Lucas Lourenço da.

Relação entre atividade física e imagem corporal em estudantes do ensino fundamental e médio: uma revisão sistemática / Lucas Lourenço da Silva. - Vitória de Santo Antão, 2023.

46 p.: il., tab. : il., tab.

Orientador(a): Danielle de Andrade Pitanga Melo

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico de Vitória, Educação Física - Licenciatura, 2023.

1. Imagem corporal. 2. Exercício físico. 3. Atividade física. 4. Estudantes. 5. Ensino fundamental e médio. I. Melo, Danielle de Andrade Pitanga. (Orientação). II. Título.

300 CDD (22.ed.)

LUCAS LOURENÇO DA SILVA

**RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E IMAGEM CORPORAL EM  
ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO: UMA REVISÃO  
SISTEMÁTICA**

TCC apresentado ao Curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Federal de Pernambuco, Centro Acadêmico da Vitória, como requisito para a obtenção do título de graduado em Educação Física Licenciatura.

Aprovado em: 03/04/2023.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Danielle de Andrade Pitanga Melo (Orientadora)  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Solange Magalhães da Silva Porto  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>o</sup>. Dra. Cybelle Rolim de Lima  
Universidade Federal de Pernambuco

## **AGRADECIMENTOS**

Meus agradecimentos se iniciam por Ele, que é antes de tudo: o Deus Vivo, o Maravilhoso entre os milhares, o Todo-Poderoso: o Senhor Jesus Cristo. O qual me deu tudo, e tudo fez por mim.

Aos meus familiares e amigos, que me apoiaram nesta jornada acadêmica.

Aos excelentes professores que encontrei em minha formação, os quais foram essenciais na construção do conhecimento, que hoje me responsabilizo a transmitir à sociedade escolar.

A Dra. Danielle de Andrade Pitanga Melo, por me orientar na construção deste trabalho, o qual foi composto de esforço mútuo na ótima relação orientando-orientadora.

Aos professores da banca avaliadora, os quais se disponibilizaram a contribuir com este trabalho.

A todos sou grato, e agradeço-os por todo apoio de forma direta ou indireta que recebi. O meu esforço é o reflexo do apoio de todos.

## RESUMO

A Imagem Corporal é a imagem mental do corpo que se apresenta em sua forma estrutural, social e afetiva. A Educação Física Escolar atua por meio da Cultura Corporal do Movimento, ou seja, o corpo em movimento. O movimento corporal está completamente relacionado com a imagem corporal, no sentido que a Atividade Física influencia na concepção mental do corpo, em como o indivíduo se ver. Por esta relação, este trabalho de revisão sistemática pretendeu analisar na literatura dos últimos 10 anos a relação entre atividade física e imagem corporal em estudantes do Ensino Fundamental e Médio (ou “Education, Primary and Secondary” para estudos em inglês). Foram gerados descritores pelo Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e segundo o Medical Subject Headings (MeSH), também utilizando-se do conector (operadores booleanos) AND, para a realização da pesquisa nas bases de dados, utilizou-se: Body Image AND Physical Activity AND Students, e em português: Imagem Corporal AND Atividade Física AND Estudantes. Após realizadas as pesquisas, tanto em inglês quanto português, nas bases de dados Scielo, PubMed e BVS, por serem bancos eletrônicos que têm trabalhos voltados à área da saúde, encontrou-se de início 728 artigos pelas buscas, mas após seleção criteriosa, vinte e seis artigos científicos foram selecionados para análise, os quais apontaram, de modo geral, que a atividade física é apenas um dos vários fatores sociais que interfere na imagem corporal dos estudantes, não sendo o mais prevalente, visto que mesmo quando a amostra era ativa fisicamente, a insatisfação corporal persistia. É importante destacar que a completa inatividade, o sedentarismo, é um fator agravante para uma imagem corporal insatisfeita. Concluiu-se que a imagem corporal sofre mais influência dos aspectos socioculturais acerca do ideal de corpo do que do exercício.

**Palavras-chave:** imagem corporal; exercício físico; atividade física; estudantes; ensino fundamental e médio.

## ABSTRACT

The Body Image is the mental image of the body that is presented in its structural, social and affective form. School Physical Education acts through the Body Culture of Movement, that is, the body in movement. Body movement is completely related to body image, in the sense that Physical Activity influences the mental conception of the body, how the individual sees himself. For this reason, this systematic review aimed to analyze the relationship between physical activity and body image in elementary and high school students in the literature of the last 10 years (or "Education, Primary and Secondary" for studies in English). Descriptors were generated by Descriptors in Health Sciences (DeCS) and according to Medical Subject Headings (MeSH), also using the connector (Boolean operators) AND, to carry out the search in the databases, we used: Body Image AND Physical Activity AND Students, and in Portuguese: Corporal Image AND Physical Activity AND Students. After carrying out the searches, both in English and Portuguese, in the Scielo, PubMed and VHL databases, as they are electronic banks that have works aimed at the health area, 728 articles were initially found through the searches, but after a careful selection, twenty and six scientific articles were selected for analysis, which pointed out, in general, that physical activity is just one of several social factors that interfere with the body image of students, not being the most prevalent, since even when the sample was active physically, body dissatisfaction persisted. It is important to highlight that complete inactivity, sedentary lifestyle, is an aggravating factor for a dissatisfied body image. It is concluded that body image is more influenced by sociocultural aspects about the ideal body than exercise.

**Keywords:** body image; exercise; physical activity; students; education primary and secondary.

## LISTA DE ABREVIACOES

AF	Atividade Física
DeCS	Descritores em Ciências da Saúde
EF	Exercício Físico
EFE	Educao Física Escolar
IC	Imagem Corporal
IMC	ndice de massa corporal
MeSH	Medical Subject Headings

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2 OBJETIVOS.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1 Objetivo Geral.....</b>	<b>12</b>
<b>2.2 Objetivos Específicos.....</b>	<b>12</b>
<b>3 METODOLOGIA.....</b>	<b>13</b>
<b>3.1 Procedimentos.....</b>	<b>13</b>
<b>3.2 Critérios de inclusão e exclusão.....</b>	<b>17</b>
<b>4 RESULTADOS.....</b>	<b>18</b>
<b>5 DISCUSSÃO.....</b>	<b>31</b>
<b>6 CONCLUSÃO.....</b>	<b>40</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>42</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O corpo em movimento é o principal ponto da Educação Física Escolar, porque esta disciplina escolar tem como fonte de conhecimento a Cultura Corporal do Movimento, ou seja, o corpo em movimento na sociedade (BRASIL, 2018). O corpo em movimento é associado a imagem corporal (IC), no sentido que são conceitos unidos, que explica o corpo socialmente. Porque a IC é a concepção mental do corpo em todo seu sentido morfológico, sentimental e social (CARVALHO, 2019). O corpo em movimento e a IC não estão distantes, mas a relação do movimento com o corpo ocorre no sentido que

Reconheço a totalidade do meu ser no movimento intencional do meu corpo. Não podemos conceber uma existência humana sem reconhecê-la em um corpo nem um corpo a que não esteja ligado um ser humano (FONSECA, 2008, p. 124-125).

A IC é complexa por ser vinculada aos aspectos desenvolvidos em sociedade sobre o corpo – o ser humano, isso pode ser observado nas pesquisas de Olivier (1995), que descreveu a IC como um mundo de significações que traz sobre si os afetos, valores, a história pessoal, um mundo de símbolos que se estabelece sobre o Esquema Corporal, que é a forma de sentir e executar este corpo por uma organização neurológica, a inervação somática do corpo.

Essas características da IC podem ser observadas nas pesquisas bibliográficas de Araújo, Gorla e Rodrigues (2014), os quais identificaram na literatura, que crianças sofrem no repertório motor por viverem pouca experiência motora, que gera perda no domínio psicomotor, desenvolvendo problemas de ansiedade, medo e inferioridade, fazendo com que as crianças com baixa competência motora evite a participação nas atividades com demanda motora e tenham dificuldades sociais. Deduz-se, portanto, que a fraca competência motora gera um “feedback” que agrava ainda mais a pouca experiência motora, afetando diretamente a IC, seus afetos e satisfação individual. É possível compreender com base nos estudos dos referidos autores, que o movimento tende a melhorar todo aspecto da afetividade e sociabilidade porque a Imagem Corporal é formada por uma “trindade” de acordo Schilder (1968 apud FONSECA, 2008), de maneira que se tem os aspectos: fisiológico (experiência corporal), libidinal (estruturas da

personalidade) e sociológico (o corpo em relação com o mundo, produtor e produto). Esses estão em interrelação nas relações sociais.

Sabendo que o movimento em geral é algo que complementa a IC do indivíduo, é interessante notar a diferença entre os “movimentos” realizados pelo corpo. A atividade física é compreendida como qualquer ação que demande maior gasto de energia, aumentando as contrações e os batimentos cardíacos. Já o exercício físico é uma atividade física planejada, estruturada, repetitiva e intencional com o sentido de promover ou manter aspectos da aptidão física e perda de peso, ou seja, todo exercício físico é uma atividade física (BRASIL, 2021). Apesar de não ter o exercício na Educação Física Escolar (EFE), porque ela tem uma função pedagógica (BRASIL, 2018), ocorrendo, por conceito, a atividade física nas aulas de EFE, é o sentido da satisfação social gerado que se tem com o exercício isolado ou socializado que satisfaz o movimento. Porque este sentido de êxito não brota da individualidade, mas da socialização, visto ser o homem um ser social (BERGER; LUCKMANN, 1985). Ou seja, o movimento, assim como a IC, não se desprende do social, mas faz parte dele e complementa a IC independente do “tipo”.

Tendo em vista que o movimento corporal é uma parte significativa de como o indivíduo se vê, observa seu corpo, este estudo tem por objetivo, identificar na literatura, trabalhos que versam sobre a relação entre atividade física (sem distinção com o termo ‘exercício’) e imagem corporal em alunos do ensino fundamental e médio ou equivalentes para estudos em outros países. Esta pesquisa justifica-se dada a importância de se estudar como o movimento corporal interfere na imagem mental do corpo, sendo necessário ao professor da EFE atuar por meio das necessidades que os alunos apresentam, tais como: melhor coordenação motora, melhorar a interação social e conhecimento corporal adequado que leve a um estilo de vida saudável.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

O objetivo desta pesquisa é analisar a relação entre Atividade Física e Imagem Corporal em estudantes do Ensino Fundamental e Médio.

### **2.2 Objetivos Específicos**

- Analisar a prática de Atividade Física em crianças e adolescentes;
- Investigar se existe influência da Atividade Física sobre a Imagem Corporal;
- Identificar o fator de influência predominante na Imagem Corporal das crianças e adolescentes.

### **3 METODOLOGIA**

Este é um trabalho de revisão sistemática, que é uma forma rigorosa de resumir as evidências científicas disponíveis (ROEVER, 2017). Este trabalho utilizou a estratégia PICo que difere da PICO, porque tem o sentido de ser utilizada em estudos que visem recuperar pesquisas voltadas as experiências humanas e fenômenos sociais. Dessa maneira, a estratégia de pesquisa PICo serve à identificação de fatores sociais e suas compreensões, sendo que do termo PICo, origina-se a divisão da População (P), Interesse da pesquisa (I) e o Contexto (Co) que envolve a população e o interesse (INSTITUTE TJB, 2014).

Esta pesquisa de revisão sistemática teve como pergunta condutora: “Qual a relação da atividade física na imagem corporal de alunos do ensino fundamental e médio?”. De maneira que se originou a População (P) que é composta por estudantes do ensino fundamental e médio, já a compreensão da imagem corporal é o Interesse (I) da pesquisa em relação à população, e o contexto (Co) da imagem corporal em relação à atividade física praticada pelos alunos no ambiente escolar ou não.

Definidos os componentes do PICo, foi possível buscar descritores para as realizações das pesquisas nas diferentes bases de dados, em busca de artigos em Inglês e Português em um período de dez anos.

#### **3.1 Procedimento**

A construção do corpus da pesquisa foi realizada a partir de buscas em bancos de dados eletrônicos de trabalhos e publicações em Português e Inglês que estivessem disponíveis para acesso público, ligados às áreas da saúde. É interessante pontuar que o levantamento bibliográfico foi utilizado prioritariamente pelo pesquisador como um referencial para escolher os caminhos de pesquisa e a análise da viabilidade do estudo.

Os descritores foram gerados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e segundo o Medical Subject Headings (MeSH). O conector (operadores booleanos) usado foi o AND. Os descritores utilizados foram “Body Image” AND “Physical Activity” AND “Students”. Em português: Imagem Corporal AND Atividade Física

AND Estudantes. As escolhas desses descritores visavam uma busca específica articulada ao objetivo desse trabalho, por detalhar a amostra para esta revisão sistemática.

Elegeu-se as bases de dados Scielo, PubMed e BVS, por congregarem informações sobre publicações científicas na área da saúde em suas diversas manifestações. As pesquisas foram realizadas nas bases de dados com descritores em ciências da saúde (Desc/Mesh), em inglês e português, obtendo-se como resultado um quantitativo de trabalhos, tal como pode-se visualizar nas seguintes tabelas:

Tabela 1 – Resultado da pesquisa em português nas diferentes bases.

<b>Imagem Corporal AND Atividade Física AND Estudantes</b>	<b>Dados encontrados</b>
BVS	124
PubMed	0
Scielo	14

Tabela 2 – Resultado da pesquisa em inglês nas diferentes bases.

<b>Body Image AND Physical Activity AND Students</b>	<b>Dados encontrados</b>
BVS	288
PubMed	287
Scielo	15

Nas buscas com descritores em Português nas bases de dados, foram encontrados 139 artigos ao total em um período de dez anos. Por outro lado, nas buscas com descritores em Inglês nas bases de dados, de achados foram 590 artigos ao total no mesmo período de dez anos. Para ambas as pesquisas fora utilizado apenas uma sequência de descritores, obtendo-se um resultado único em

cada base de dados. Após a pesquisa, os dados foram exportados para a plataforma Rayyan.

Após a pesquisa com os descritores, os dados obtidos nas bases de dados foram transferidos à plataforma Rayyan (OUZZANI et al, 2016), que é uma ferramenta destinada a revisões sistemáticas, de maneira que é estruturada para orientar as pesquisas (IMAGEM 2). Na plataforma Rayyan, os dados foram analisados por meio da leitura do resumo para inclusão ou exclusão. A plataforma organiza os dados obtidos por datas, autores; separa os artigos por duplicadas, permite a adição de notas após a leitura, assim como pode-se ter acesso direto ao artigo por meio de link, permitindo também a adição de outros pesquisadores, o que facilita o trabalho de leitura e é necessário para uma revisão sistemática. Na plataforma Rayyan ocorre a divisão dos dados em categorias (IMAGEM 1) desde as transferências dos dados, até mesmo as duplicadas que são divididas em duas seções: “Possible Duplicates” (217) e “Exact Matches” (121). As duplicadas foram removidas do resultado total (728), e a exclusões de dados após a leitura conforme já descrito, tendo um resultado final de 26 artigos inclusos.

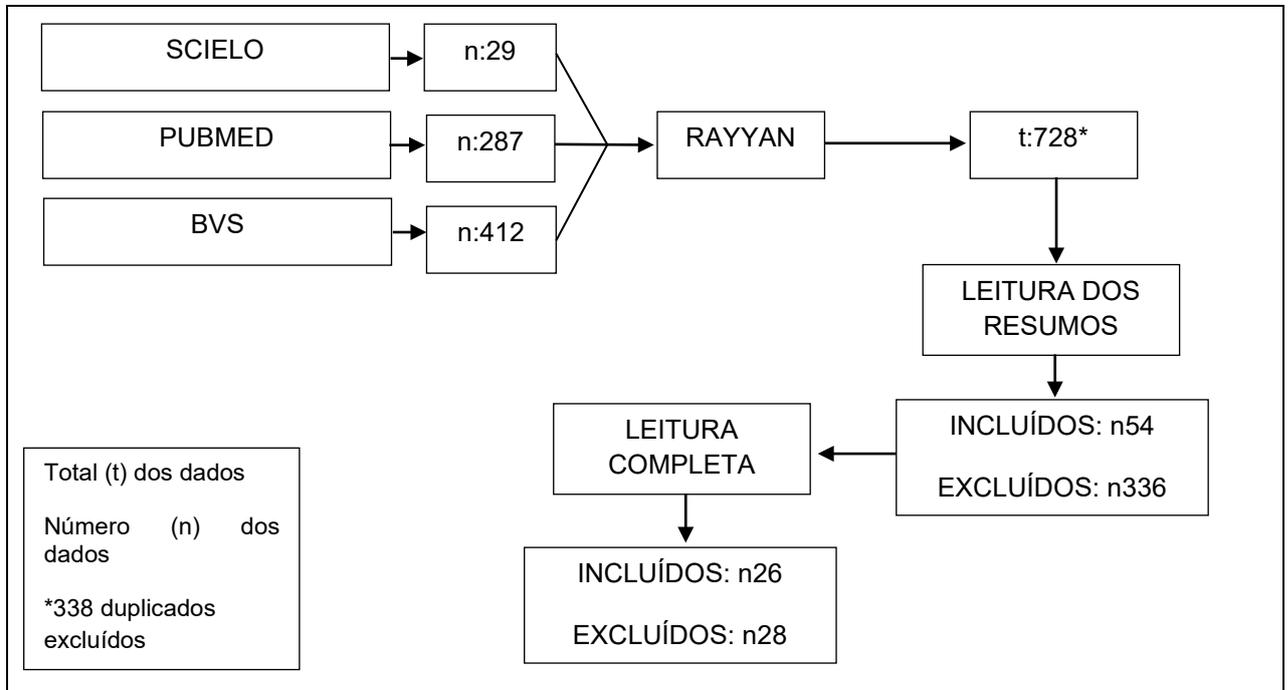
<b>Possible Duplicates</b>		<b>Search methods [Add new]</b>	
<a href="#">Unresolved</a>	0	<a href="#">Uploaded References [export (1).r...]</a>	124
<a href="#">Deleted</a>	217	<a href="#">Uploaded References [export.ris]</a>	288
<a href="#">Not duplicates</a>	0	<a href="#">Uploaded References [pubmed-Bo...]</a>	287
<a href="#">Resolved</a>	200	<a href="#">Uploaded References [Body Imag...]</a>	15
		<a href="#">Uploaded References [Imagem Co...]</a>	14
<b>Auto Deduplicated</b>		<b>Inclusion decisions</b>	
<a href="#">2 exact matches</a>	121	<a href="#">Undecided</a>	0
		<a href="#">Maybe</a>	0
		<a href="#">Included</a>	38
		<a href="#">Excluded</a>	352
		<a href="#">Conflict</a>	0

IMAGEM 1 – Dados na plataforma Rayyan<sup>1</sup>.

Na transferência de dados para a plataforma Rayyan, obteve-se um total de 728 dados, dos quais foram excluídas as duplicadas, totalizando 338 dados duplicados excluídos, obtendo-se ao final 390 artigos, dos quais foram feitas as leituras dos

<sup>1</sup> Os dados foram analisados por fora, por isso a discrepância com os artigos relatados.

resumos para exclusão e inclusão. Na leitura dos resumos ocorreu a inclusão de 54 estudos dos 390. Depois foi realizada a leitura completa dos artigos, sendo excluídos 28 e incluídos ao final um total de 26 artigos (FLUXOGRAMA).



Fluxograma – Processo de seleção dos dados.

Os artigos excluídos, em sua maioria não eram condizentes com a amostra, visto que apresentavam universitários, ou não analisavam a imagem corporal em relação com o exercício, ou nem mesmo faziam alguma alusão à prática corporal. Na leitura dos artigos por completo, aqueles que foram excluídos da seleção apresentavam análise de dados secundários em sua maioria, não sendo um trabalho original, o que fugia aos critérios de inclusão.

Na revisão sistemática “[...] é importante que a busca seja realizada por pelo menos dois juízes no mesmo intervalo de tempo, a fim de minimizar o viés no processo de busca” (KOLLER et al, 2014). Por esta razão, esta pesquisa teve na seleção dos estudos outro pesquisador, para eliminar possível viés nos dados.

2022-11-17: A Relação Entre Atividade Física e Imagem Corporal em Estudantes do Ensino Fundamental e Médio: Uma Revisão Sistemática **Blind ON**

Detect duplicates Compute ratings Export Copy New search All reviews

Showing 1 to 8 of 390 unique entries Search: id or title or abstract or author

Date	Title	Authors	Rating
2022-09-01	<b>LUCAS wrong population</b> Perception of body image, food consumption, sedentar...	Paludo, A. C.; Duarte, C; Stei...	
2021-06-01 97%	<b>LUCAS wrong population</b> Changes in sociocultural attitudes towards appearance...	Baceviciene, Migle; Jankaus...	
2021-06-01 95%	<b>LUCAS wrong population</b> #Fitspiration on Instagram: The effects of fitness-relat...	Fioravanti, Giulia; Tonioni, C...	
2021-03-01 96%	<b>LUCAS wrong population</b> Body appreciation and body appearance pressure in No...	Sundgot-Borgen, Christine; ...	
2021-01-01	<b>LUCAS wrong population</b> Impact of physical activity, anthropometric, body com...	Heydenreich, Juliane; Schwe...	

No articles selected, use your mouse or keyboard to select articles from the above table.

REVIEW CHAT

LUCAS Help

IMAGEM 2 – Plataforma Rayyan destinada às revisões sistemáticas.

### 3.2 Critérios de inclusão e exclusão na pesquisa

Os critérios de Inclusão foram:

- Publicações de 2013 a 2022, em Português ou Inglês.
- Amostra de Estudantes do Fundamental e Médio (“Education, Primary and Secondary” para estudos em inglês) ou que contemple a faixa etária de 6 a 17 anos, visto que é a idade adequada com a LDB no seu 4º artigo referente ao direito da “Educação e o Dever de Educar”, essa idade foi considerada também para estudos em outros países.
- Trabalhos que envolvam a compreensão da Imagem Corporal sob a influência do Exercício/Atividade Física.

Os critérios de exclusão foram:

- Artigos de revisão, artigos com análise de dados secundários, livros, artigos de opinião, artigos pagos, teses e dissertações.
- Estudos com mais de dez anos (antes de 2013).
- Estudos que não fazem alusão no resultado ao exercício/atividade como influência na Imagem Corporal.
- Estudos com amostra diferente de alunos do ensino fundamental e médio.

## 4 RESULTADOS

As pesquisas foram realizadas nas bases de dados BVS, PubMed e Scielo, com descritores em inglês e português. Após seleção criteriosa, os artigos inclusos foram analisados por meio da leitura completa. Os artigos inclusos podem ser conferidos (QUADRO) na forma de resumos. O processo de seleção foi iniciado no dia 13/10/2022 e finalizado no dia 15/02/2023.

QUADRO – Resumos dos artigos compilados na seleção final.

TÍTULO	AUTORES, OBJETIVOS E DESFECHO
Analysis of Adolescent Physical Activity Levels and Their Relationship with Body Image and Nutritional Habits	SÁNCHEZ et al. (2021) analisar o nível de atividade física, os hábitos alimentares e a percepção da imagem corporal com relação ao gênero em uma mostra de alunos da educação secundária, da Comunidade Autônoma da Região da Múrcia, Espanha. A amostragem relatou um bom nível de atividade física, mas as meninas apresentaram maior insatisfação corporal, e indivíduos mais sedentários apresentaram mais chances de insatisfação corporal.
Body esteem is a mediator of the association between physical activity and depression in Korean adolescents	CHAE et al. (2017) observar a relação da estima corporal, depressão e atividade física por gênero em alunos do ensino médio, de Seul, Coreia do Sul. Como resultado, foi constatado que a atividade física autorreferida está inversamente associada com sintomas depressivos, mas tem associação positiva com a autoestima corporal. O

	<p>sexo feminino era menos ativo, tendo menor estima corporal em relação a aparência e ao peso e apresentaram maior nível de depressão. Os meninos foram mais ativos e tiveram maior estima corporal.</p>
<p>Body image dissatisfaction is increased in male and overweight/obese adolescents in Botswana.</p>	<p>MALETE et al. (2013) analisou a insatisfação com imagem corporal em adolescentes estudantes de escolas de ensino secundário, Botswana, África, e a relação com sobrepeso, obesidade e outros fatores. A pesquisa apontou que meninos tiveram menor satisfação corporal que meninas nos quesitos tônus muscular, tamanho do peito e força, e alunos com maiores índices do IMC, estiveram mais insatisfeitos com o corpo. Sendo que a atividade física não teve fator de relevância com a insatisfação/satisfação corporal.</p>
<p>Body weight perception and body weight control behaviors in adolescents</p>	<p>FRANK et al. (2018) teve como objetivo verificar a associação da percepção corporal de peso e comportamentos de controle de peso em adolescentes do ensino médio do município de São José, Santa Catarina, Brasil. A percepção do peso corporal esteve associada a atitudes de controle de peso. A percepção abaixo do peso ou acima, esteve associado a mudanças ou atitudes para manter o peso. Em ambos</p>

	os sexos, os alunos que se exercitavam apresentaram maior probabilidade de se perceberem acima do peso esperado.
Differences in body dissatisfaction, weight management practices and food choices of highschool students in the Bangkok metropolitan region by gender and school type	CHONGWATPO e GATES (2016) teve por objetivo comparar a insatisfação corporal, escolhas alimentares, prática de atividade física e controle de peso por gênero e tipo de escola (mista ou não). Alunos de nove escolas mistas e não mistas, da região de Bangkok, Tailândia, da 10° a 12° séries - equivalente ao ensino médio – com idade entre 15 e 18 anos. As meninas tiveram menos prática de atividade física, porém as meninas que praticavam atividade física, faziam para perder peso, e os meninos para criarem mais massa muscular. Os maiores fatores associados a insatisfação corporal, foram: ser do sexo feminino, estudar em escolas de gênero único, ter menor renda familiar, maior IMC e ser menos ativo fisicamente.
Differences in body esteem by weight status, gender, and physical activity among young elementary school-aged children	SHRIVER et al. (2013) avaliou a estima corporal em relação com atividade física, peso e sexo em crianças dos EUA. E identificou que as meninas foram mais afetadas por conta do peso corporal na aparência, tendo uma menor estima corporal. Por outro lado, a atividade física foi associada a estima corporal de peso, porque indivíduos ativos

	demonstram menos peso corporal em ambos os sexos, sendo mais satisfeitos ao peso.
Effect of Physical Activity on Self-Concept: Theoretical Model on the Mediation of Body Image and Physical Self-Concept in Adolescents	FERNÁNDEZ-BUSTOS et al. (2019) procurou explicar a relação da atividade física com o autoconceito em alunos com idade entre 12 e 17 anos da La Roda (Espanha). Os meninos foram mais ativos fisicamente que as meninas, mas as meninas tiveram maiores níveis de insatisfação corporal. A atividade física foi associada a menos insatisfação corporal.
Factores asociados a un bajo nivel de actividad física em adolescentes de la Rioja (España)	JIMÉNEZ BORAITA et al. (2022) analisar o nível de atividade física e fatores associados de indicadores de saúde psicológica e física e hábitos de vida em uma amostra do ensino secundário obrigatório de escolas da região La Roja, Espanha. Com idade de 12 a 17 anos. As meninas tiveram menores níveis de atividade física. Os alunos que tinham baixo de nível de atividade física apresentaram sobrepeso/obesidade e grande insatisfação corporal.
Factors Predicting Physical Activity and Sports Participation in Adolescence	RULLESTAD, MELAND e MILDESTVEDT (2021) analisar durante dois anos os fatores associados favoráveis à prática de atividade física e esportes em alunos das 6° a 10/° séries

	<p>– equivalente ao ensino fundamental e médio – dos municípios de Sogn og Fjordane, no oeste da Noruega. Em questão de imagem corporal, se ver como gordo teve impacto significativo na prática de atividade física, foi um motivador e desmotivador. Porém, na análise geral, a imagem corporal não foi o maior significativo para a prática de atividade física.</p>
<p>Fatores associados ao comportamento alimentar inadequado em adolescentes escolares</p>	<p>FORTES, MORGADO e FERREIRA (2013), analisou a associação entre insatisfação corporal, comprometimento psicológico com o exercício e outros fatores com o comportamento alimentar em alunos do ensino fundamental e médio em Juiz de Fora, MG. Demonstrou que a insatisfação corporal em meninos e meninas, foi associação ao comportamento alimentar inadequado. Por outro lado, um alto grau de atividade física no sexo feminino foi associado, junto com a insatisfação corporal, a um comportamento alimentar inadequado.</p>
<p>Fatores associados com a insatisfação corporal de crianças e adolescentes de escola pública em município da Zona da Mata mineira</p>	<p>ZANOLLI et al. (2020) objetivou destacar os fatores associados à insatisfação corporal entre estudantes do Ensino Fundamental I de uma escola pública em município da Zona da Mata mineira. Observou-se que os alunos com</p>

	<p>insatisfação corporal, não praticavam atividade física e os que praticavam, tinham realizações inferiores a 30m diários de atividade física, ou seja, um nível baixo de atividade física. Outro fator associado, ocorreu em relação ao sobrepeso/obesidade.</p>
<p>Perceived Body Image, Eating Behavior, and Sedentary Activities and Body Mass Index Categories in Kuwaiti Female Adolescents</p>	<p>SHABAN et al. (2016) investigou a associação entre obesidade e imagem corporal, atividades sedentárias, atividade física e outros fatores em adolescentes femininas com idade entre 10 e 14 anos do Kuwait. Alunas com sobrepeso e obesidade, disseram serem ativas fisicamente, mas foram as que apresentaram mais chances de insatisfação corporal. A prática de atividade física foi associada ao estado eutrófico do IMC.</p>
<p>Imagem corporal, atividade física e estado nutricional em adolescentes no sul do Brasil</p>	<p>DANIEL et al. (2014) procurou relacionar a percepção da imagem corporal com o IMC, nível de AF, nível de sedentarismo em adolescentes da sétima série (fundamental) da rede pública de ensino municipal de Gravataí/RS. Este estudo apontou que meninas são menos ativas fisicamente que meninos, mas as meninas são mais preocupadas com a imagem corporal que os meninos. Meninas e indivíduos com maior IMC apresentaram mais insatisfação corporal.</p>

<p>Influence of The Perception of Barriers in Practice of PA in Adolescents: Explanatory Model</p>	<p>PORTELA-PINO et al. (2021) analisar os fatores que se relacionam com a prática de atividade física e sua influência com idade, gênero e série em alunos do Ensino Secundário Obrigatório (CSE) e Bacharelato (BAC) – equivalente ao ensino fundamental, e o BAC aos dois últimos do nosso ensino médio – de escolas públicas da Comunidade Autónoma da Galiza, Espanha. É conclusivo que as barreiras que limitam a prática de Atividade física nos adolescentes, ocorre nos estudantes mais velhos, conforme cresce o compromisso e a preguiça, que é o cansaço. E as barreias menos influentes são a Imagem Corporal e o ambiente na prática de atividade física dos jovens.</p>
<p>Insatisfação corporal e atividade física em adolescentes de juiz de fora, MG</p>	<p>FORTES, MIRANDA e FERREIRA (2013), analisou a relação do nível de atividade física e insatisfação da imagem corporal em adolescentes do ensino fundamental e médio de Juiz de Fora, MG. Como desfecho, o artigo apontou que a relação da insatisfação corporal com a atividade física, apenas ocorreu no sexo feminino, em dois sentidos: ser fisicamente ativa e sedentária, em ambas situações ocorreram níveis de insatisfação. Nos meninos, ser ativo ou não, não apresentou grande alterações</p>

	na imagem corporal deles.
Knowledge, Attitude and Behaviours Related to Weight Control and Body-Image Perceptions among Chinese High School Students	LEE, MOHD YUSOF e ZAKARIA (2019) Avaliar o conhecimento, atitude e comportamento no controle de peso e percepções da imagem corporal entre estudantes chineses do ensino médio – high school. Meninos praticaram mais atividade física, todavia, em ambos os sexos foram constatados insatisfação corporal, e uma prevalência para uma imagem corporal menor. Só que as meninas ainda eram mais insatisfeitas com a imagem corporal atual, querendo uma menor. A diferença da prática de atividade física, não foi contabilizada como significativa para a autoconstatação da imagem corporal nos estudantes chineses, assim como outras atitudes de controle de peso.
Percepção da imagem corporal em escolares do norte do Brasil	EVANGELISTA et al. (2016) investigar em adolescentes do ensino fundamental, 8º ano, de Porto Velho (Rondônia) a prevalência da insatisfação corporal relacionada a fatores demográficos, psicossociais, maturação sexual, estado nutricional e estilo de vida. Mais da metade da amostra eram ativa fisicamente. As meninas apresentaram mais chances de insatisfação corporal. Estudantes com baixo peso corporal apresentaram menos preocupação com

	<p>a imagem corporal que adolescentes eutróficos. Porém, adolescentes com sobrepeso/obesidade tiveram mais prevalência de insatisfação com a imagem corporal.</p>
<p>Prevalence of abdominal obesity and excess fat in students of a city in the mountains of southern Brazil</p>	<p>PEDRONI et al. (2013) ao observar a obesidade abdominal e excesso de gordura em alunos do 6º ano (fundamental) de uma cidade serrana no sul do Brasil, e a relação com determinantes, foi identificado que a obesidade abdominal e excesso de gordura previram maior insatisfação corporal e esteve relacionado a comportamentos sedentários, e que meninos tiveram menos chances de gordura abdominal que meninas.</p>
<p>Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012 IEPSEN</p>	<p>IEPSEN e SILVA (2014), analisou a insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do ensino médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, e a relação com alguns fatores, dentre eles o comportamental. Foi apontado que meninas e adolescentes com sobrepeso/obesidade, tiveram mais chance de insatisfação corporal. E adolescentes mais ativos fisicamente, maior prática de atividade física, também apontaram maior insatisfação corporal.</p>
<p>Relationship Between Body Dissatisfaction and Physical Activity in</p>	<p>SANTOS et al. (2014) Investigar a insatisfação com a imagem corporal com</p>

Urban Teen Zone Irati-Pr	<p>relação ao nível de AF habitual, em adolescentes femininas de escolas municipais de Irati-PR do ensino médio. Os resultados deste estudo apontam que maiores níveis de atividade física, não teve relação com a satisfação corporal nas meninas. Pelo contrário, meninas ativas demonstraram grande insatisfação. Meninas menores de 18 anos foram mais insatisfeitas; meninas eutróficas e fisicamente ativas. Todas as alunas acima do peso estavam insatisfeitas.</p>
Relationships Between Physical Activity Levels, Self-Identity, Body Dissatisfaction and Motivation Among Spanish High School Students	<p>SÁNCHEZ-MIGUEL et al. (2017) o estudo teve como objetivo relacionar o nível de atividade física, insatisfação corporal e outros fatores em adolescentes do ensino médio, da Extremadura (Espanha), adolescentes entre 15 e 17 anos. Foi apontado que os meninos tiveram mais atividade física dos que as meninas, assim como maior intenção de serem ativos. Isto foi relacionado, nos meninos, a uma melhor percepção de altura corporal, massa e IMC, bem como maior percepção de satisfação corporal do que os alunos do sexo feminino. A insatisfação corporal foi maior nas meninas. Elas também têm níveis mais baixos de autoidentidade (por exemplo, condicionamento físico,</p>

	percepção de competência, força).
Relationships between Physical and Mental Health in Adolescents from LowIncome, Rural Communitie: Univariate and Multivariate Analyses	FEISS e PANGELINAN (2021) identificar o estado de saúde mental e física em estudantes do Alabama, em quatro escolas secundárias, com amostra da 10° e 11° séries, que é equivalente ao ensino médio, com idade entre 15 e 8 anos. As meninas tiveram menos prática de atividade física que os meninos, mas tiveram maiores índices de depressão, ansiedade e sintomas de estresse. As meninas também apresentaram uma relação da insatisfação corporal em relação ao percentual de gordura, o que não ocorreu nos meninos. Por outro lado, o maior IMC foi desfavorável para a satisfação corporal para ambos os sexos, com uma associação de maior estresse para os homens, e com menor autoestima para as mulheres. Uma questão curiosa, é que um maior nível de atividade física nas meninas, gerou mais sintomas de depressão e ansiedade.
Senses of body image in adolescents in elementary school	SILVA, TAQUETTE e COUTINHO (2014) procurou investigar a percepção de adolescentes sobre a imagem corporal por meio de discussões com alunos do 8° e 9° do fundamental. Os entrevistados disseram que a prática de exercício físico não visa alcançar um

	<p>ideal de corpo. Os alunos entrevistados fazem exercícios, os meninos, para ficarem maiores fisicamente, mas sem afetar a saúde, e as meninas para ficarem com um corpo menor. Os alunos ainda disseram que ter uma característica feia, é algo que é discriminado pelo corpo social.</p>
<p>The correlation of depression with Internet use and body image in Korean adolescents</p>	<p>LIM et al. (2017) analisou a relação da depressão com uso da internet e imagem corporal em estudantes com idade de 15 a 17 anos de Seul, Coreia Sul. Foi apontado que meninas, alunos com comportamentos sedentários, não praticantes atividade física e insatisfeitos com a imagem corporal tiveram mais chances de depressão. Ou seja, ser menos ativo e insatisfeito, aumenta a chance de depressão.</p>
<p>The Effects of a Physical Activity, Nutrition, and Body Image Intervention on Girls in Intermediate Schools in Saudi Arabia</p>	<p>AHMAD BAHATHIG e ABU SAAD (2022) este estudo teve como objetivo analisar o efeito de uma intervenção de 12 semanas voltadas para atividade física, nutrição e imagem corporal em meninas em escolas intermediárias na Arábia Saudita, com idade de 13 a 14 anos. A intervenção mostrou efeitos positivos sobre a atividade física, Imagem Corporal e comportamentos sedentários (SB) em meninas da Arábia Saudita de 13 a 14 anos. Ou seja, a</p>

	<p>atividade física do grupo Experimental aumentou, assim como a satisfação corporal.</p>
<p>The Mediating Role of the Self-Concept Between the Relationship of the Body Satisfaction and the Intention to Be Physically Active in Primary School Students</p>	<p>SÁNCHEZ-MIGUEL et al. (2020) analisar em que medida os valores antropométricos, com a imagem corporal e a capacidade física, tem relação com o autoconceito físico, e este com relação a atividade física e o desejo (intenção) de praticá-la em estudantes da Extremadura, Espanha, com idade entre 10 e 13 anos. Atividade física tem relação com o autoconceito físico e aptidão cardiovascular (teste aeróbio), mas negativamente relacionada com a imagem corporal e medidas antropométricas. Porém, em questão de autoconceito, a imagem corporal tem valor sobre a noção de ser fisicamente ativo, até mesmo mostrando relação com a condição física e níveis de atividade física, segundo a percepção do autoconceito.</p>

## 5 DISCUSSÃO

Esta pesquisa objetivou analisar trabalhos acerca da relação entre AF e IC em alunos da educação básica, assim como identificar o fator predominante de influência na compreensão da IC deles. Apesar do público alvo ser de estudantes do ensino fundamental e médio (crianças e adolescentes), em todos os trabalhos obtidos, houve uma separação na análise de dados em relação ao sexo, nesse sentido, é válido separar os dados analisados desses alunos, por sexo, para uma melhor compreensão dos estudos em análise, servindo a um melhor detalhamento.

Os resultados gerais apontam que em meninas há uma prevalência da insatisfação corporal, de maneira prioritária foram menos ativas fisicamente em todos os dados analisados. Por outro lado, mesmo quando são mais ativas fisicamente, há uma prevalência da insatisfação corporal (EVANGELISTA et al, 2016; IEPSEN; SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014; FRANK et al, 2018; FORTES; MIRANDA; FERREIRA 2013; SANTOS et al, 2014; SHABAN et al, 2016). Outro dado encontrado é que as meninas praticam atividade física para ficarem próximo ao ideal de corpo menor, mais delicado, conforme apontam alguns estudos obtidos (LEE; MOHD YUSOF; ZAKARIA 2019; CHONGWATPO, 2016; SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014). A insatisfação corporal nas meninas foi um indicador de sintomas depressivos e ansiosos (CHAE et al, 2017; FEISS et al, 2021; LIM et al, 2017).

A insatisfação corporal teve, nas meninas, relação com sobrepeso/obesidade e ser fisicamente ativas, no sentido que a atividade física não amenizou a insatisfação corporal no resultado geral (JIMÉNEZ BORAITA et al, 2022; EVANGELISTA et al, 2016; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; MEYER et al, 2014; SANTOS et al, 2014; HABAN et al, 2016; ZANOLLI et al, 2020). Um dado obtido na leitura dos estudos, e que deve ser destacado, é o encontrado por Ahmad Bahathig e Abu Saad (2022) que em sua intervenção o nível de AF aumentou nas meninas assim como a satisfação corporal. Ou seja, a atividade física foi associada a maior satisfação nesse grupo. Isso pode ser explicado pela interação no trabalho desenvolvido, do preparo dos realizadores com os temas abordados, e uma intervenção voltada para aumentar os níveis de AF e satisfação corporal. Esta

informação é relevante, porque aponta que o problema pode estar na falta de orientação às alunas sobre IC e AF de maneira consciente, visando resultado efetivos.

Nos meninos, os dados gerais apontados foram maiores níveis de AF (FERNÁNDEZ-BUSTOS et al, 2019; CHAE et al, 2017; DANIEL et al, 2014; FEISS et al, 2021; LEE; MOHD YUSOF; ZAKARIA 2019; SÁNCHEZ-MIGUEL et al, 2017; SHRIVER et al, 2013) e menores níveis de insatisfação corporal. Ser ativo ou não, nos meninos, não alterou a percepção deles em relação ao corpo (CHAE et al, 2017; FORTES; MIRANDA; FERREIRA, 2013; SÁNCHEZ et al, 2022.). Os meninos faziam exercícios para ficarem maiores fisicamente, no sentido de ganho de massa muscular (SÁNCHEZ-MIGUEL et al, 2017; CHONGWATPO, 2016; SILVA; TAQUETTE; COUTINHO, 2014). A atividade física nos meninos foi associada a uma melhor satisfação corporal (FERNÁNDEZ-BUSTOS et al, 2019; CHAE et al, 2017; DANIEL et al, 2014; FEISS et al, 2021; SÁNCHEZ-MIGUEL et al, 2017; SHRIVER et al, 2013). Em dados específicos, o estudo de Pedroni et al. (2013) apontou que os meninos tiveram menos chances de gordura abdominal que meninas, possivelmente por serem menos sedentários. Já o trabalho de Malette et al. (2013) apontou que meninos tiveram maior insatisfação corporal que as meninas nos quesitos do tônus muscular, tamanho do peito e força. Com base nessa informação, é possível concluir que os meninos não buscam uma questão estética delicada como as meninas, mas um corpo maior e mais forte fisicamente, um ideal de masculinidade.

Existem vários pontos nos estudos analisados que merecerem maiores detalhamentos, podendo-se iniciar pela inatividade. O sedentarismo é o comportamento de inatividade, caracterizado pelo pouco gasto energético (BRASIL, 2021). O comportamento sedentário é apontado no estudo de Malette et al. (2013) como destaque da insatisfação corporal, e teve relação com o sobrepeso e obesidade, questão relacionada com a baixa prática de AF da amostra, ou seja, a baixa prática originou insatisfação. Zanolli et al. (2020) encontrou dados dos meninos que estavam insatisfeitos com o corpo tendo uma relação ao comportamento sedentário ou pouca atividade física. Pedroni et al. (2013) encontrou que alunos com comportamentos sedentários tendem a estar insatisfeitos com o corpo por conta da gordura abdominal, originada do pouco gasto energético. Feiss e

Pangelinan (2021) apontaram que a pouca AF na amostra feminina foi acompanhada de ansiedade e depressão, e um maior peso corporal que também origina insatisfação corporal. Logo, a pouca AF foi um causador de maior IMC (índice de massa corporal), precursor da insatisfação. No estudo de Chongwatpo (2016) o comportamento sedentário, ou ser menos ativo, foi um preditor para insatisfação corporal por meio da avaliação da discrepância entre o corpo atual e o ideal. Esta insatisfação previu maior controle de peso nas meninas, mesmo que elas fossem menos ativas fisicamente que os meninos, ou seja, controle da dieta, de maneira que comeram menos doces e leite, porém consumiram mais salgados que os meninos. Estes comiam mais proteínas para o aumento da massa magra. As meninas regulavam sua dieta para perderem peso, como adesão de mais água, frutas e verduras.

Os dados do estudo de Shriver (2013) apontou que crianças menos sedentárias, têm menos peso corporal, e conseqüentemente são menos insatisfeitas em relação ao peso corporal. Contudo, o sedentarismo nem sempre é associado ao sobrepeso e obesidade, porque pode ocorrer mesmo sendo ativo fisicamente, sem que ocorra diminuição da insatisfação corporal conforme encontrado por Shaban et al. (2016) em uma amostra feminina autorrelatada. Pode ser observado também na pesquisa de Iepsen e Silva (2014) que as chances de insatisfação corporal estiveram associadas ao maior peso corporal e ser ativo fisicamente. No estudo de Frank et al. (2018) delineou-se que se perceber acima do peso, foi um fator para a prática de exercícios, ocorrendo também uma mudança na dieta, como comer menos comidas industrializadas. Mas no estudo citado, se perceber abaixo do peso mudou o comportamento para ganho de peso, todas essas mudanças ocorreram em ambos os sexos, mas as meninas se perceberam mais como acima do peso.

Os dados obtidos do estudo de Rullestad, Meland e Mildestvedt (2021) apontam, também que estar acima do peso foi um indicador para a prática de exercícios, assim como ter um comportamento menos sedentário. Só que para além do comportamento sedentário, foi identificado (FORTES; MORGADO; FERREIRA, 2013) uma relação entre ser ativo fisicamente com a insatisfação corporal e uma dieta desbalanceada nas meninas. Por outro lado, nos meninos ocorreu associação do comportamento alimentar ruim em relação à insatisfação corporal, mas sem

interferência do exercício nos meninos. Um dado de notável relevância, é o de Portela-Pino et al. (2021), onde foi apontado que a insatisfação corporal e nem o ambiente, são fatores que atrapalham a prática de AF, mas sim fatores como o cansaço pelas exigências sociais, ao exemplo de um ano escolar mais avançado. Outro dado importante no sentido de contexto social sobre a IC, sendo o social um forte fator na compreensão da IC dos jovens, é o encontrado por Lee, Mohd Yusof e Zakaria (2019) em estudantes chineses. O trabalho de Lee apontou que estudantes de ambos os sexos, desejavam um tamanho corporal menor – menos peso, para tal usavam controle de peso por meio da alimentação e AF, sendo, o desejo de uma silhueta corporal menor, uma característica cultural. A insatisfação corporal pode gerar problemas mais graves além do desconforto com a aparência, conforme apontou Lim et al. (2017) na amostra do seu estudo, onde alunos com insatisfação corporal têm mais chances de depressão. Uma relação direta da AF e IC é apontada no estudo de Sánchez-Miguel et al. (2020), de modo que a intenção de praticar AF se encontra sob a imagem corporal, valores antropométricos, capacidade física e autoconceito físico, de modo que uma IC saudável foi acompanhada de maior intenção de praticar AF.

Os dados apresentados indicam uma prevalência da insatisfação corporal nas meninas, uma cobrança social sobre o corpo feminino. Isto pode ser explicado pela sociedade que conduz a uma imagem corporal menor e delicada às mulheres, de maneira que as meninas que não se enquadram nesse padrão, se veem como insuficientes, ou feias por não estarem de acordo com um ideal criado pela sociedade. Logo, pode-se deduzir, que se sentir dessa maneira surge por meio da sociedade que categoriza as pessoas em como elas se apresentam, fazendo uma equivalência entre o que se espera e em como a pessoa é, isto é chamado de, respectivamente, identidade social virtual e real. Ou seja, como as pessoas categorizam o indivíduo, e em como, com base nessa categorização, ele é tratado (GOFFMAN, 2008). Por isso que mesmo com um alto nível de exercícios, elas não estão satisfeitas, visto que visam se enquadrarem em ideal de corpo, por isso também fazem exercício para terem um corpo magro. Para elas, a atividade física é uma forma de tentarem se enquadrar no ideal social do corpo feminino. Isso é confirmado também pela metodologia utilizada em alguns dos estudos, que

avaliavam a insatisfação por meio da discrepância entre o corpo real e o ideal (a forma que tinham e a que queriam ter) apontada pela amostra. A influência midiática, e mesmo social, sobre a imagem corporal da mulher, é demonstrado por meio do estudo transversal de Harvey e Halliwell (2006) com 507 (250 mulheres e 257 homens) participantes com idade entre 11 e 16 anos de uma escola secundária de Wext Sussex, Inglaterra. Os dados obtidos apontam que as meninas apresentam maiores níveis de insatisfação corporal, sofrem mais pressão para a perda peso, internalizações culturais acerca da aparência, tendência a comparar-se com os colegas e tiveram mais chances de desenvolver transtornos alimentares. O social pode ser percebido na pesquisa, de maneira que o método da pesquisa encontrou relação da internalização social da aparência feminina com os comportamentos alimentares, independente da satisfação ou insatisfação corporal delas. Ou seja, a ideia social da forma corporal passa a interferir no comportamento alimentar. Dos dados obtidos, pode-se destacar, nesse sentido midiático, a pesquisa Silva, Taquette e Coutinho (2014), cuja amostra apontou ter ciência da influência midiática sobre os corpos de homens e mulheres, respectivamente, um corpo robusto e um corpo delicado.

Os meninos, por sua vez, também buscam um ideal de corpo, sendo de maior porte. Todavia, para eles, os efeitos da atividade física na imagem corporal, são apenas positivos ou inalterados, porque eles têm menos insatisfação corporal que as meninas, sendo que a atividade física apenas gera ganhos na satisfação corporal, em sua maioria, nos meninos. Os dados de insatisfação corporal são relacionados, conforme já mencionado à questão de um corpo mais musculoso e de força física, o que indica também pouca atividade física nesses alunos insatisfeitos.

Todavia, para os homens também ocorre a insatisfação pelo fator de um ideal social do que é ser homem, ser do sexo masculino. “Os homens, ao contrário, são estimulados a desenvolver condutas agressivas, perigosas, que revelem força e coragem” (SAFFIOTI, 2015, p.37). Nos meninos, por terem essa concepção de um corpo robusto, força e brutalidade, essa insatisfação pode levar ao consumo de suplementos alimentares sem orientação. No estudo de marketing realizado por Silva, Barros e Gouveia (2017) se discute o risco de suplementação sem orientação correta, por meio das mídias, mercado e falta de informação sobre os riscos de

suplementos em excesso no organismo. Também é discutido que jovens com problemas de autoimagem, insatisfeitos com o próprio corpo, tendem a buscar esses suplementos para alcançarem esse corpo ideal.

Os estudos indicam que a relação da Imagem Corporal com a atividade física está de acordo com o indivíduo inserido em um meio social. De modo que o fator de maior influência na IC não é movimento, mas o contexto social como influência sobre o corpo, como ele deveria se apresentar para toda estrutura social. Portanto, a relação da Imagem Corporal com a Atividade Física é completamente contextual, sofrendo forte influência da sociedade sobre a concepção da beleza física, estar em “forma” ou não. Ou seja, o fator de maior influência na IC, é o social. Por mais que a sociedade como um todo influencie de forma marcante a IC, é confirmado que a pouca prática ou o sedentarismo, é um forte preditor de insatisfação corporal em ambos os sexos nos estudos analisados (DANIEL et al, 2014; FORTES; MIRANDA; FERREIRA 2013; LIM et al, 2017; SÁNCHEZ-MIGUEL et al, 2017; PEDRONI et al, 2013; SÁNCHEZ et al, 2021; ZANOLLI et al, 2020), concluindo que a prática de atividades/exercícios físicos amenizam, em algum grau, a insatisfação.

Por meio de todos esses dados, é compreendido que o professor da EFE deve ter uma intervenção a ser realizada visando um conhecimento corporal por parte dos alunos, para que não venham a ter frustrações corporais. Deve fazer o aluno viver o corpo e pensar de maneira crítica a sociedade em relação ao ser corporal. Relacionado a essas vivências e pensamentos de criticidade, justifica-se duas abordagens como necessárias ao professor em sua atuação: a Desenvolvimentista e as Críticas.

A abordagem Desenvolvimentista de acordo com Darido (2003) é representada pela obra “Educação Física Escolar: Fundamentos de uma Abordagem Desenvolvimentista” de Tani et al (1988), segundo estes, é uma abordagem para alunos de 4 a 14 anos. Na abordagem Desenvolvimentista visa-se o desenvolvimento motor, social e afetivo da criança. Todavia, por focar muito o aprimoramento motor, ela predomina para o Esquema Corporal, o que é essencial para IC, porque

[...] a proposta desta abordagem também não é buscar na Educação Física solução para todos os problemas sociais do país, com discursos genéricos que não dão conta da realidade. Em suma, uma aula de Educação Física deve privilegiar a aprendizagem do movimento, embora possam estar ocorrendo outras aprendizagens em decorrência da prática das habilidades motoras (DARIDO, 2003, p.4).

A Educação Física Escolar sob essa abordagem deve promover o ganho de habilidades motoras necessárias aos alunos, e deste ponto desenvolver-se para práticas mais complexas. A “[...] habilidade motora é um dos conceitos mais importantes dentro desta abordagem, pois é através dela que os seres humanos se adaptam aos problemas do cotidiano, resolvendo problemas motores” (DARIDO, 2003, p.4).

Todo o objetivo da abordagem Desenvolvimentista está sob os tipos de movimentos e a maturação biológica, isto é, uma adequação à faixa etária seguindo objetivos alcançáveis nas aulas, mas sem desconsiderar tudo que envolve o indivíduo. Visando a capacidade física de cada idade, decorrente da maturação, é possível estabelecer um aprimoramento motor correto e funcional sem frustrar os alunos. Nesta lógica, não é excludente, porque

[...] o erro deve ser compreendido como um processo fundamental para a aquisição de habilidades motoras. [...] [Havendo uma] preocupação com [...] processo de aquisição de habilidades, evitando-se o que denominam de imediatismo, e da busca do produto (DARIDO, 2003, p.5).

A abordagem Desenvolvimentista, como visto trabalha sobre o conceito de Esquema Corporal, o que faz com que os alunos se mantenham em constante relação com o corpo, colaborando para uma IC satisfeita, visto que a pouca prática corporal, gera problemas sociais e individuais.

As abordagens Críticas segundo Darido (2003), Crítico-superadora e a Crítico-emancipatória, exigem do professor uma visão crítica do mundo. A Crítico-superadora é uma abordagem sob a visão marxista, tendo como obra representativa o Coletivo de Autores, Metodologia do Ensino da Educação Física (1992). Neste sentido, não procura apenas ensinar, mas busca saber como surge o conhecimento e seu sentido histórico. Busca demonstrar a evolução das coisas, e o porquê de ser como são ao emitir um valor acerca dos fatos históricos. Porque é claro que ocorre o conhecimento ou distorção dos fatos a partir daquele transmite tais informações, sendo necessário visita-los de modo crítico. Logo, em relação aos

[...] conteúdos para as aulas de Educação Física, os adeptos da abordagem propõem que se considere a relevância social dos conteúdos, sua contemporaneidade e sua adequação às características sócio-cognitivas dos alunos. Enquanto organização do currículo, ressaltam que é preciso fazer com que o aluno confronte os conhecimentos do senso comum com o conhecimento científico, para ampliar o seu acervo de conhecimento. Deve, também, evitar o ensino por etapas e adotar a simultaneidade na transmissão dos conteúdos, ou seja, os mesmos conteúdos devem ser trabalhados de maneira mais aprofundada ao longo das séries, sem a visão de pré-requisitos. Nas palavras dos autores, a Educação Física é entendida como uma disciplina que trata de um tipo de conhecimento denominado de cultura corporal, que tem como temas o jogo, a ginástica, o esporte e a capoeira (DARIDO, 2003, p.9).

Da mesma forma a abordagem Crítico-emancipatório fornece aos alunos a capacidade de criticidade combatendo a alienação dos alunos em relação as causas sociais, econômicas e políticas. Portanto, é trabalhado, do mesmo modo, a Cultura Corporal de Movimento de forma aprofundada.

Do ponto de vista das orientações didáticas, o papel do professor na concepção crítico-emancipatória confronta, num primeiro momento, o aluno com a realidade do ensino, o que o autor denominou de transcendência de limites. Concretamente a forma de ensinar pela transparência de limites pressupõe três fases. Na primeira os alunos descobrem, pela própria experiência manipulativa, as formas e meios para uma participação bem-sucedida em atividades de movimentos e jogos. Devem também manifestar, pela linguagem ou representação cênica, o que experimentaram e o que aprenderam numa forma de exposição, e por último, os alunos devem aprender a perguntar e questionar sobre suas aprendizagens e descobertas, com a finalidade de entender o significado cultural da aprendizagem, fundada em sua historicidade e sentido (DARIDO, 2003, p.16).

As abordagens Críticas, servem para uma reflexão acerca do movimento, e de como o corpo em sociedade é moldado em forma de imagem ideal. Nessa lógica, é trabalhado as satisfações do movimento pelo Esquema Corporal, assim como uma solução a ideias que podem ser desconstruídos acerca do corpo. Para que cada aluno se sinta realizado por alcançar objetivos que lhe são reais por meio da compreensão do que é idealização e realização – compreender que ele pode alcançar certo objetivo corporal, mas naquilo que lhe é possível, e reflita sobre o que consume e absorve como inspiração. Ou seja, essas abordagens vão além da vivência motora e socialização, é pensado sobre o indivíduo em sociedade.

Todavia, o resultado dos artigos sobre estes jovens do Ensino Fundamental e Médio (“Education, Primary and Secondary”) é de inconclusão quanto a relação discutida no sentido de que não tem uma influência única e direta da Atividade

Física, mas, sim, faz parte dos vários elementos que envolvem a concepção da Imagem Corporal. Por outro lado, a inatividade é um agravante para a insatisfação corporal. A AF participa da satisfação corporal em algum grau, o que justifica uma aula adequada a essa necessidade dos alunos, no intuito de gerar níveis de satisfação ao indivíduo.

## 6 CONCLUSÃO

Os achados desta pesquisa apontam que a Atividade Física não é um fator exclusivo na concepção da Imagem Corporal, visto que é um fenômeno amplo e complexo do meio social. Por outro lado, esses jovens do ensino Fundamental e Médio (educação básica), têm concepções ideais acerca do corpo que, quando não alcançadas, geram frustrações, levando a prática de exercícios por questão estética ou atitudes alimentares desordenadas, principalmente nas meninas. Por mais que a AF não seja o único fator determinante, está em relação em como o indivíduo se vê, porque o movimento se realiza pelo Esquema Corporal, que por isso tem influência nessa concepção da IC, podendo aumentar a satisfação corporal quando a Atividade Física ocorre de maneira orientada ao objetivo de conhecer o corpo. Por meio da influência que AF exerce, a sua ausência corrobora para uma insatisfação corporal, que está associada ao ganho de peso, assim como a uma falta de contato com o corpo, que é o autoconhecimento e satisfação pelas atividades motoras realizadas.

Por essas questões, o professor de Educação Física Escolar tem uma grande importância de conscientização acerca do corpo, e que a idealização, tanto para meninos, no quesito “brutalidade” e força, e meninas, no ideal de “fragilidade” e “feminilidade”, não passa de um conceito opressor e excludente com a própria realidade biológica, não sendo alcançado, muitas vezes, senão por meios cirúrgicos ou atitudes inconsequentes, como dietas exageradas. Não é uma conscientização do estético, ser belo ou não, mas da forma como o indivíduo se vê, é o aprendizado do que é o corpo no sentido biológico, e de como, na realização do movimento, pode-se conhecer mais sobre si, de maneira a estar em contato com as possibilidades corporais, para que não venha a ter frustrações ao não se encaixar em um ideal que não reflete as capacidades reais do indivíduo.

Enquanto pesquisador e profissional, o professor de educação física, em sua atuação pedagógica, pode se valer das práticas sem rigorosidade excludente, a fim de alcançar maior participação dos alunos, visando uma vivência corporal adequada. Desse modo, os Jogos e Brincadeiras, as Danças, as Ginásticas, os Esportes, as Lutas e as Práticas Corporais de Aventura, devem ocorrer de modo a facilitar o aprendizado e a participação, para os alunos serem desenvolvidos durante a prática

corporal, socialmente participativos e reflexivos acerca do corpo. Questionando ainda as estruturas sociais em relação à idealização corporal em seus movimentos, formas e capacidades. Por meio desses conhecimentos, os alunos podem projetar uma vida saudável em todos os seus aspectos, evitando o sedentarismo, influências negativas sobre o corpo e socializando mais através de práticas cooperativas, expandindo para a comunidade os conhecimentos adquiridos nas aulas da Educação Física Escolar.

## REFERÊNCIAS

- AHMAD BAHATHIG, A.; ABU SAAD, H. The Effects of a Physical Activity, Nutrition, and Body Image Intervention on Girls in Intermediate Schools in Saudi Arabia. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel: MDPI, v. 19, n. 18, 2022.
- ARAÚJO, P. F.; GORLA, J. I.; RODRIGUES, J. L. **Avaliação motora em educação física: teste KTK**. 3ª Edição. São Paulo: Phorte, 2014.
- BARROS, Denise Franca; GOUVEIA, Taina Maria de Oliveira; SILVA, Rosana Oliveira da. Eu tenho a força! A popularização do consumo de suplementos alimentares e a vulnerabilidade do consumidor. **Revista ADM.MADE**, Rio de Janeiro, v.21, n.1, p.34-50, 2017. Disponível: <http://revistaadmmade.estacio.br/index.php/admmade/article/view/2955/0>. Acessado: 05/02/2023.
- BERGER, L. Peter; LUCKMANN, Thomas. **A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento**. Petrópolis: Vozes, 1985.
- BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: Ministério da Educação, 2018. Disponível: [http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC\\_EI\\_EF\\_110518\\_versaofinal\\_site.pdf](http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf). Acessado: 06/03/2023.
- BRASIL. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atividade\\_fisica\\_populacao\\_brasileira.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf). Acessado: 13/02/2023.
- Carvalho, M. B. de., et al. Percepção da imagem corporal e comportamento alimentar: estudo com acadêmicos de centro universitário. **Rev. Simbio-Logias**, v. 11, São Paulo: Botucatu, n.15, p.29-50, 2019. Disponível: [https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/percepcao\\_da\\_imagem\\_corporal.pdf](https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/percepcao_da_imagem_corporal.pdf) Acessado: 02/03/2023.
- CASPERSEN C. J.; POWELL K. E.; CHRISTENSON G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, vol. 100, no. 2, p. 126 – 131, 1985. Disponível: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3920711/> Acessado: 16/05/2022.
- CHAE, S.-M.; KANG, H. S.; RA, J. S. Body esteem is a mediator of the association between physical activity and depression in Korean adolescents. **Applied Nursing Research**, Philadelphia, PA: W.B. Saunders, v. 33, p. 42–48, 2017.

- CHONGWATPOL, P.; GATES, G. E. Differences in body dissatisfaction, weight-management practices and food choices of high-school students in the Bangkok metropolitan region by gender and school type. **Public Health Nutrition**, Oxford: Cambridge University Press, v. 19, n. 7, p. 1222–1232, 2016.
- DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- IEPSEN, A. M.; SILVA, M. C. DA. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília: Distrito Federal, v. 23, n. 2, p. 317–325, 2014.
- DANIEL, C. G. et al. Imagem corporal, atividade física e estado nutricional em adolescentes no sul do Brasil. **Aletheia**, Canoas, n. 45, p. 128–138, 2014.
- EVANGELISTA, L. A. et al. Body image perception in scholars of a school in the brazilian north region. **Journal of Human Growth and Development**, Brasil: São Paulo, v. 26, n. 3, p. 385, 2016.
- FEISS, R.; PANGELINAN, M. M. Relationships between Physical and Mental Health in Adolescents from Low-Income, Rural Communities: Univariate and Multivariate Analyses. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel: MDPI, v. 18, n. 4, p. 1372, 2021.
- FERNÁNDEZ-BUSTOS, J. G. et al. Effect of Physical Activity on Self-Concept: Theoretical Model on the Mediation of Body Image and Physical Self-Concept in Adolescents. **Frontiers in Psychology**, Pully, Switzerland: Frontiers Research Foundation v. 10, 2019.
- FONSECA, V. **Desenvolvimento psicomotor e aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- FORTES, L. D. S.; MIRANDA, V. P. N.; FERREIRA, M. E. C. INSATISFAÇÃO CORPORAL E ATIVIDADE FÍSICA EM ADOLESCENTES DE JUIZ DE FORA, MG. **Pensar a Prática**, Goiânia v. 16, n. 2, 2013.
- FORTES, L. DE S.; MORGADO, F. F. DA R.; FERREIRA, M. E. C. Fatores associados ao comportamento alimentar inadequado em adolescentes escolares. **Archives of Clinical Psychiatry**, Brasil: São Paulo, v. 40, n. 2, p. 59–64, 2013.
- FRANK, R. et al. Body weight perception and body weight control behaviors in adolescents. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, Brazil: Elsevier Editora Ltda v. 94, n. 1, p. 40–47, jan. 2018.
- GOFFMAN, E. **Estigma** – notas sobre a manipulação da identidade deteriorada. 4ª Edição. Rio de Janeiro: LTC, 2008.

HALLIWELL, E.; HARVEY, M. Examination of a sociocultural model of disordered eating among male and female adolescents. **British Journal of Health Psychology**, Chichester: Wiley-Blackwell, v. 11, n. 2, p. 235–248, 2006.

Disponível:

<https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1348/135910705X39214>

Acessado: 08/02/2023.

INSTITUTE, JB. **Joanna Briggs Institute Reviewers' Manual**: 2014 Edition.

Adelaide: Joanna Briggs Institute, 2014.

JIMÉNEZ BORAITA, R. et al. Factores asociados a un bajo nivel de actividad física en adolescentes de la Rioja (España). **Anales de Pediatría**, Spain: Barcelona, 2021.

KOLLER, Sílvia H., et al. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

**LDB: Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. 6 ed. Brasília, DF:

Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2022. Disponível:

<https://www2.senado.gov.br/bdsf/handle/id/600653>. Acessado: 10/03/2023.

LEE, C. Y.; MOHD YUSOF, H.; ZAKARIA, N. S. Knowledge, Attitude and Behaviours Related to Weight Control and Body-Image Perceptions among Chinese High School Students. **Malaysian Journal of Medical Sciences**, v. 26, n. 5, 2019.

LIM, C. H. et al. The correlation of depression with Internet use and body image in Korean adolescents. **Korean Journal of Pediatrics**, Söul: Korean Pediatric Society, v. 60, n. 1, 2017.

MALETE, L. et al. Body Image Dissatisfaction Is Increased in Male and Overweight/Obese Adolescents in Botswana. **Journal of Obesity**, New York; Cairo, Egypt: Hindawi Publishing Corporation, v. 2013, p. 1–7, 2013.

MANZANO-SÁNCHEZ, D. et al. Analysis of Adolescent Physical Activity Levels and Their Relationship with Body Image and Nutritional Habits. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Switzerland: Basel, v. 19, n. 5, 2022.

OLIVIER, G. G. F. **Um olhar sobre o esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Tese (Mestrado em Educação Física) – Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, p. 100, 1995.

Disponível:

<http://www.saosebastiao.sp.gov.br/ef/pages/Corpo/Esquema/leituras/olhar.pdf>.

Acessado: 24/03/2022.

OUZZANI, M. et al. Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews.

**Systematic Reviews**, v. 5, n. 1, 2016. Disponível:

<https://systematicreviewsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13643-016-0384-4>. Acessado: 10/03/2023.

PEDRONI, J. L. et al. Prevalence of abdominal obesity and excess fat in students of a city in the mountains of southern Brazil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro: Manguinhos, v. 18, n. 5, p. 1417–1425, 2013.

PORTELA-PINO, I. et al. Influence of the Perception of Barriers in Practice of PA in Adolescents: Explanatory Model. **Healthcare**, Spain: Galicia, v. 9, n. 4, p. 380, 2021.

ROEVER, Leonardo. Compreendendo os estudos de revisão sistemática. **Sociedade Brasileira Clínica Médica**, São Paulo, Volume 15, n. 2, ano 2017, p.127 - 130. Disponível: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-875614>. Acessado: 17/07/2022.

RULLESTAD, A.; MELAND, E.; MILDESTVEDT, T. Factors Predicting Physical Activity and Sports Participation in Adolescence. **Journal of Environmental and Public Health**, Norway: Bergen, v. 2021, p. 1–10, 2021.

SAFFIOTI, H. L. B. **Gênero patriarcado violência**. 2ª Edição. São Paulo: Expressão Popular: Fundação Perseu Abramo, 2015.

SÁNCHEZ-MIGUEL, P. A. et al. Relationships Between Physical Activity Levels, Self-Identity, Body Dissatisfaction and Motivation Among Spanish High School Students. **Journal of Human Kinetics**, Kraków: Academy of Physical Education, v. 59, n. 1, p. 29–38, 2017.

SÁNCHEZ-MIGUEL, P. A. et al. The Mediating Role of the Self-Concept Between the Relationship of the Body Satisfaction and the Intention to Be Physically Active in Primary School Students. **Frontiers in Public Health**, Lausanne: Frontiers Editorial Office, v. 8, 2020.

SANTOS, J. F. S. et al. Relação entre Insatisfação Corporal e Atividade Física em Adolescentes da Zona Urbana de Irati-PR. **Revista da Educação Física/UEM**, Paraná: Maringá, v. 25, n. 2, p. 193, 2014.

SHABAN, L. H. et al. Perceived Body Image, Eating Behavior, and Sedentary Activities and Body Mass Index Categories in Kuwaiti Female Adolescents. **International Journal of Pediatrics**, Cairo: Hindawi Pub. Corp., v. 2016, p. 1–7, 2016.

SHRIVER, L. H. et al. Differences in body esteem by weight status, gender, and physical activity among young elementary school-aged children. **Body Image**, Amsterdam; New York: Elsevier, v. 10, n. 1, p. 78–84, 2013.

SILVA, M. L. A.; TAQUETTE, S. R.; COUTINHO, E. S. F. Senses of body image in adolescents in elementary school. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo: Universidade De São Paulo, v. 48, p. 438–444, 2014.

ZANOLLI, N. M. B. C. et al. Fatores associados com a insatisfação corporal de crianças e adolescentes de escola pública em município da Zona da Mata mineira. **Revista de APS**, Minas Gerais: Juiz de Fora, v. 22, n. 1, 2020.