

## Atividade física, imagem corporal e estado nutricional de alunas de dança

### Physical activity, body image and nutritional state dance students

Tatiane Minuzzi

Universidade Federal de Santa Maria – UFSM – Santa Maria – Rio Grande do Sul – Brasil  
[tatiane.minuzzi@gmail.com](mailto:tatiane.minuzzi@gmail.com)

Kelly Christine Maccarini Pandolfo

Universidade Federal de Santa Maria – UFSM – Santa Maria – Rio Grande do Sul – Brasil  
[kellypandolfo@hotmail.com](mailto:kellypandolfo@hotmail.com)

Rafaella Righes Machado

Universidade Federal de Santa Maria – UFSM – Santa Maria – Rio Grande do Sul – Brasil  
[rafaellarighes@hotmail.com](mailto:rafaellarighes@hotmail.com)

Cati Reckelberg Azambuja

Universidade Federal de Santa Maria – UFSM – Santa Maria – Rio Grande do Sul – Brasil  
[cati.razambuja@hotmail.com](mailto:cati.razambuja@hotmail.com)

Daniela Lopes dos Santos

Universidade Federal de Santa Maria – UFSM – Santa Maria – Rio Grande do Sul – Brasil  
[lopesdossantosdaniela@gmail.com](mailto:lopesdossantosdaniela@gmail.com)

## RESUMO

**OBJETIVO:** Verificar a associação entre o nível de atividade física (NAF), a percepção da imagem corporal, o estado nutricional e o comportamento alimentar de risco em escolares praticantes de dança em uma escola pública do Sul do Brasil.

**MÉTODOS:** Participaram do estudo 67 estudantes do sexo feminino, com idade média de  $15,57 \pm 0,57$  anos, praticantes de dança nas aulas de educação física. O NAF foi avaliado através do IPAQ-versão curta; imagem corporal (IC) através de escala de silhuetas; estado nutricional pelo índice de massa corporal (IMC) e comportamento alimentar de risco através do *Eating Attitudes Test* (EAT-26).

**RESULTADOS:** O grupo de estudo apresentou médias de massa corporal de  $55,9 \pm 9,76$  kg, estatura de  $1,61 \pm 0,06$  m, IMC de  $21,43 \pm 3,06$  kg/m<sup>2</sup>, NAF de  $517,16 \pm 589,06$  minutos/semana e o EAT de  $18,09 \pm 9,86$  pontos. Foram encontradas associações entre o NAF e a IC ( $p=0,025$ ) e o estado nutricional ( $p=0,008$ ).

**CONCLUSÕES:** As adolescentes praticantes de dança do ensino médio apresentaram NAF adequados e que estes se associaram de forma significativa com a IC e o estado nutricional.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade física. Imagem corporal. Índice de massa corporal. Estudantes.

## ABSTRACT

**OBJECTIVE:** The aim of this study was to investigate the association between physical activity level and body image perception, nutritional status and risky eating behaviors among students who practice dance in a public school in South Brazil.

**METHODS:** The study included 67 female students with a mean age of  $15.57 \pm 0.57$  years, who practiced dance in physical education classes. The PAL was assessed using the short-version of the IPAQ; BI through a silhouette scale, nutritional status by BMI and risk eating behaviors, through the Eating Attitudes Test EAT-26.

**RESULTS:** The study group showed a mean body mass of  $55.9 \pm 9.76$  kg, height  $1.61 \pm 0.06$  m, BMI  $21.43 \pm 3.06$  kg/m<sup>2</sup>, PAL of  $517.16 \pm 589.06$  minutes / week and EAT  $18.09 \pm 9.86$  points. Associations were found between the PAL and the BI ( $p=0.025$ ) and nutritional status ( $p=0.008$ ).

**CONCLUSIONS:** We conclude that the high school dance practitioner's adolescents had adequate PAL and that these were associated significantly with the BI and nutritional status.

**KEYWORDS:** Physical activity. Body image. Body mass index. Students.

## 1 Introdução

O nível de atividade física (NAF) e a prevalência de sedentarismo são estudados em diferentes grupos. Observa-se que as crianças e os adolescentes têm obtido uma atenção especial, pois é nesta fase da vida que hábitos e comportamentos são formados e refletem na idade adulta (AZAMBUJA; PANDOLFO; SANTOS, 2014). Martins (2015) enfatiza que a prática de atividade física pelos jovens, provavelmente, torná-los-ão adultos fisicamente ativos, e uma das formas de promover este estilo de vida em crianças e adolescentes é por meio de programas escolares de educação física.

O hábito de realizar atividade física na adolescência traz vários benefícios para a saúde, como controle e manutenção do peso corporal e redução de riscos cardiovasculares (MORAES et al., 2013). Além desses benefícios, estudos longitudinais evidenciaram que a inatividade física quando iniciada na infância e/ou adolescência tende a continuar na vida adulta e é mais difícil de modificar (AARNIO et al., 2002).

A insatisfação corporal faz parte de um subcomponente da dimensão atitudinal da imagem corporal (IC) e diz respeito à depreciação de sua aparência física (LEPAGE; CROWTHER, 2010). Estudos mostram que a insatisfação corporal está associada com os comportamentos de risco para desencadeamento dos Transtornos Alimentares (ZORDÃO et al., 2015; CUBRELATI et al., 2014; GUIMARÃES et al., 2014). Estudos prévios relatam que a prática da atividade física está associada às melhoras na IC (GONÇALVES; CAMPANA; TAVARES, 2012). Os autores comentam que esse resultado deve-se à obsessão pelas formas corporais magras, o que leva os indivíduos a permanecerem insatisfeitos com a IC.

Outro fator que pode influenciar a IC é o estado nutricional. Segundo Silva et al. (2012), devido à imposição cultural de corpos extremamente magros para o sexo feminino, aqueles indivíduos que não conseguem atingir este padrão corporal estão propensos a desenvolver uma percepção negativa da IC.

Tratando-se de adolescentes do sexo feminino, sabe-se que esta população apresenta menores NAFs quando comparadas a do sexo masculino. Além de diminuir ainda mais com o avanço da idade, o NAF inadequado está associado ao aparecimento de doenças e ao aumento de peso corporal (SEABRA et al., 2008).

Considerando o exposto, o objetivo do presente estudo é verificar a associação entre o NAF, a percepção da IC, o estado nutricional e o comportamento alimentar de risco em escolares praticantes de dança em uma escola pública do Sul do Brasil.

## 2 Métodos

Participaram do presente estudo 67 escolares do sexo feminino, do ensino médio de uma escola pública do Sul do Brasil, com idade média de  $15,6 \pm 0,57$  anos e que optaram pela modalidade de dança nas aulas curriculares de educação física, no ano de 2014.

O instrumento utilizado para avaliação do NAF foi o Questionário Internacional de Atividades Físicas (IPAQ), versão curta, validado para adolescentes brasileiros por Guedes, Lopes e Guedes (2005). Foram considerados como ativas aquelas com tempo de prática de atividades físicas superior a 300 minutos/semana e como insuficientemente ativas aqueles com tempo inferior a 300 minutos/semana (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2010).

As informações da percepção da IC foram obtidas através da aplicação do instrumento proposto por Tiggemann e Wilson-Barrett (1998), composto por um *continuum* de nove silhuetas corporais. As adolescentes receberam o instrumento no qual constava as seguintes perguntas: qual silhueta você acha que mais se parece com você? E qual a silhueta que você gostaria de ter? Para verificar a percepção da IC, realiza-se a subtração do número equivalente ao da silhueta real com o da silhueta ideal. Se a variação entre elas for igual à zero, os adolescentes/estudantes são classificados como satisfeitos. Caso a diferença seja positiva, são considerados insatisfeitos pelo excesso de peso (desejo de reduzir a silhueta) e, diferença negativa, insatisfeitos pela magreza (desejo de aumentar a silhueta).

Para determinar o estado nutricional foram coletadas as medidas antropométricas de massa corporal e estatura para posterior cálculo do Índice de Massa Corpórea (IMC). Para aferição da massa corporal utilizou-se balança automática eletrônica, de cristal líquido, plataforma 40cm x 40cm, capacidade para 150kg e fração de 100gr. A estatura foi verificada por meio de estadiômetro, com trena na parede e escala em milímetros. Segundo a classificação da World Health Organization (2010), indivíduos com IMC ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ):

- a) menor que 18,5 apresentam baixo peso;
- b) entre 18,5 e 24,9 apresentam peso adequado;
- c) entre 25 e 29,9 são pré-obesos;
- d) entre 30 e 34,9 tem obesidade classe I;
- e) entre 35 e 39,9 tem obesidade classe II;
- f) igual ou maior que 40 tem obesidade classe III.

Para fins de categorização, os indivíduos classificados com  $\text{IMC} \geq 25,0 \text{ kg}/\text{m}^2$  foram agrupados em sobrepeso/obesidade.

Para identificar a presença de comportamentos alimentares de risco foi utilizado o teste de atitudes alimentares (*Eating Attitudes Test* - EAT-26), desenvolvido por Garner e Garfinkel e validado para o português por Bighetti (2003). O EAT-26 é um instrumento com 26 questões em escala *Likert*, que apresenta 6 opções de resposta: nunca, quase nunca, poucas vezes, às vezes, muitas vezes e sempre. As questões são pontuadas de zero a três, sendo que as respostas nunca, quase nunca e poucas vezes somam zero ponto, e as respostas às vezes, muitas vezes e sempre, pontuam 1, 2 e 3 pontos, respectivamente. A pontuação final pode variar de zero a 78 pontos. Na questão 25, a pontuação é invertida. Indivíduos que atingem até 20 pontos são classificados com comportamento alimentar adequado e, aqueles que somam 21 pontos ou mais, apresentam comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares (TA).

As coletas de dados foram realizadas durante os dois tempos consecutivos de aula, destinado à disciplina de educação física curricular do ensino médio na modalidade dança. A primeira coleta realizada foi das medidas antropométricas (peso e estatura) e, logo após, as alunas responderam individualmente os três instrumentos propostos no estudo (IC, NAF e EAT-26).

Como critério de inclusão selecionou-se aquelas estudantes que espontaneamente quiseram participar do estudo e que os pais assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Análise de dados foi verificada a normalidade dos resultados através do teste *Kolmogorov-Smirnov*. Para análise descritiva dos dados foram utilizados frequência, percentual, média e desvio padrão e para a associação entre o NAF e as demais variáveis, o teste Qui-quadrado de *Pearson*. As análises foram realizadas com o auxílio do *Statistical Package for the Social Science*, versão 14.0, adotando-se um nível de significância de  $p < 0,05$ .

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Maria, reconhecida pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP/MS), sob o protocolo/CAAE (Certificado de Apresentação para Apreciação Ética) nº 0094.0.243.000-11, seguindo o que determina a Declaração de Helsinque, de 1975.

### 3 Resultados

O grupo de estudo apresentou médias de massa corporal de  $55,9 \pm 9,76$  kg, estatura de  $1,61 \pm 0,06$  m, IMC de  $21,43 \pm 3,06$  kg/m<sup>2</sup>, NAF de  $517,16 \pm 589,06$  minutos/semana e o EAT de  $18,09 \pm 9,86$  pontos.

A descrição do grupo estudado, estratificado conforme a classificação do NAF, encontra-se nas Tabelas 1 e 2, enquanto que a relação de dependência entre as variáveis NAF, IC, estado nutricional e EAT encontra-se descrita na Tabela 3.

Tabela 1 - Caracterização da amostra de escolares que praticam dança em uma escola pública do Sul do Brasil, estratificados conforme o nível de atividade física

Variável (n=67)	Nível de atividade física					
	Insuficientemente Ativo			Ativo		
	X±DP	Mínimo	Máximo	X±DP	Mínimo	Máximo
Idade	15,68±0,89	14,0	17,0	15,68±1,05	14,0	17,0
Peso	53,23±8,98	39,9	78,0	57,98±9,94	44,0	90,5
Estatura	1,61±0,06	1,50	1,70	1,61±0,07	1,48	1,76
IMC	20,40±3,08	16,39	27,69	22,19±2,85	18,78	30,24
NAF	151,96±77,23	0	290	768,29±658,64	305	3360
EAT-26	16,75±9,47	3	38	19,29±10,05	1	50

Fonte: Autoria própria (2015).

Nota: Valores apresentados em média e desvio padrão (X±DP); Idade (anos); Peso (kg); Estatura (m); IMC (kg/m<sup>2</sup>); NAF (minutos/semana); EAT (pontos).

Tabela 2 - Nível de atividade física estratificado conforme a imagem corporal, estado nutricional e comportamento alimentar de escolares praticantes de dança de uma escola pública do Sul do Brasil

Variável (n=67)	Nível de Atividade Física						
	Insufic. Ativo		Ativo		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Imagem Corporal	Satisfeito	8	28,6	8	20,5	16	25,0
	Insatisfeito p/Magreza	11	39,3	6	15,4	17	25,0
	Insatisfeito p/Excesso Peso	9	32,1	25	64,1	34	50,0
	Todos	28	100,0	39	100,0	67	100,0
Estado Nutricional	Baixo Peso	8	28,6	1	2,6	9	13,2
	Peso Adequado	17	60,7	34	87,2	51	76,5
	Sobrepeso	3	10,7	4	10,2	7	10,3
	Todos	28	100,0	39	100,0	67	100,0
EAT-26	De Risco	10	35,7	18	46,2	28	41,2
	Adequado	18	64,3	21	53,8	39	58,8
	Todos	28	100,0	39	100,0	67	100,0

Fonte: Autoria própria (2015).

Nota: Insufic. Ativo – Insuficientemente Ativo; Valores apresentados em frequência (n) e percentual (%); Idade (anos); Peso (kg); Estatura (m); IMC (kg/m<sup>2</sup>); Nível de Atividade Física (minutos/semana); EAT-26 (pontos).

Tabela 3 - Associação entre nível de atividade física e sexo, imagem corporal, estado nutricional e transtornos alimentares de escolares praticantes de dança de uma escola pública do Sul do Brasil

Associação	p
Nível de Atividade Física x Imagem Corporal	0,025*
Nível de Atividade Física x Estado Nutricional	0,008*
Nível de Atividade Física x Transtornos Alimentares	0,393

Fonte: Autoria própria (2015).

As interpretações dos dados dessa relação demonstram não haver associação entre o NAF e o EAT das escolares. Já associações significativas foram verificadas entre o NAF e as variáveis IC (p=0,025) e o estado nutricional (p=0,008). No entanto, foi observado que as associações entre o NAF e a IC e o estado nutricional são fracas, considerando os coeficientes de contingência, 0,315 e 0,356, respectivamente.

#### 4 Discussão

Apesar da importância da prática da atividade física, a incidência de inatividade física na adolescência tem se mostrado alta, repercutindo de forma preocupante, tendo em vista que a prática regular de atividades físicas nesta faixa etária está relacionada à probabilidade de uma vida mais ativa na idade adulta (AZEVEDO et al., 2007). Knuth e Hallal (2009) reafirmam essa preocupação enfatizando que, com o passar dos anos, o número de adolescentes inativos tem aumentado, os quais têm participado cada vez menos nas aulas de educação física e apresentado menores níveis de aptidão física.

Estudo realizado em diversas regiões do Brasil mostrou que na região Sul, 48,4% dos adolescentes são insuficientemente ativos (HALLAL et al., 2010). O presente estudo verificou que 41,8% das adolescentes encontravam-se nesta classificação.

A associação entre o NAF e a IC (p=0,025), assim como o NAF e o estado nutricional (p=0,008) apresentaram-se significativas. Das escolares praticantes de dança classificadas como ativas, (58,2%; n=39), pode-se observar que 81,7% (n= 34) estavam no peso adequado e, mesmo assim, 64,1% (n=25), encontravam-se insatisfeitas pelo excesso de peso. Já, entre aquelas classificadas como insuficientemente ativas (41,8%; n=28), pode-se verificar que 71,4% (n=20)

estavam insatisfeitas com sua IC, apesar de 60,7% (n=17) destas estarem com o peso adequado (Tabela 2).

No estudo realizado por Lara et al. (2014) foi verificado que também houve grave distorção da IC em escolares que, mesmo estando com a massa corporal adequada, estavam insatisfeitas com o seu peso. Em estudo realizado por Azambuja, Pandolfo e Santos (2014), avaliando a insatisfação com a IC de 115 escolares do 8º ano do Ensino Fundamental de uma escola pública federal de Santa Maria, RS, foi encontrando em 64,2% das meninas o desejo de modificar a silhueta corporal. Da mesma forma, Glaner et al. (2013), em estudo com 637 adolescentes de escolas públicas do município de Saudades, SC, encontraram prevalência de insatisfação corporal em 65,2%.

De acordo com Pinheiro e Giugliani (2006), a forma e o esquema corporal, muitas vezes, levam à insatisfação com o próprio corpo, mesmo com dimensões corporais dentro de parâmetros adequados para esse grupo populacional e para a saúde. Ao estratificar a insatisfação corporal quanto ao desejo de aumentar a silhueta (insatisfeitas pela magreza) ou o desejo de diminuir a silhueta (insatisfeitas pelo excesso de peso), independente da classificação do NAF, observou-se que metade das adolescentes (n=34) pesquisadas gostaria de diminuir a silhueta corporal. Estes resultados corroboram com outros estudos (PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006; RIBEIRO; VEIGA, 2010; REIS et al., 2014) nos quais a distorção da imagem tende sempre pela busca de um corpo mais magro. Um recente estudo realizado por Zordão et al. (2015), que procurou investigar a insatisfação com a IC e transtornos alimentares em adolescentes de Minas Gerais, mostrou que grande parte das adolescentes que compuseram a amostra do estudo considerou um corpo magro como ideal. Pelo menos metade das meninas relatou possuir o desejo de estar conforme a silhueta 3, idealizada como magra.

Entre aquelas que manifestaram o desejo de aumentar a silhueta corporal, estavam as que apresentavam baixo peso e as eutróficas, representando 25,0% do total da amostra. No estudo realizado por Fidelix et al. (2011), ao dicotomizar a insatisfação com a IC em desejo de reduzir e em desejo de aumentar o tamanho da silhueta corporal, foi observado que 26,5% das meninas apresentavam o desejo de aumentar o tamanho corporal.

Em relação ao estado nutricional, independente da classificação do NAF, observou-se que 76,5% (n=51) estavam com peso adequado. Já no estudo realizado por Pelegrini e Petroski (2009), adolescentes do sexo feminino que apresentaram baixo peso tinham maior risco de serem insuficientemente ativas, ao contrário do que a maior parte dos estudos vem demonstrando, onde o sobrepeso e a obesidade são fortemente associados à inatividade física (MITCHELL et al., 2013; CABRERA et al., 2014). Portanto, pode-se inferir que na tentativa de reduzir os sentimentos de insatisfação corporal, adolescentes possam praticar exercícios físicos além dos níveis considerados adequados para a saúde.

Em relação ao comportamento alimentar, não foi encontrada associação significativa com o NAF. Contudo, conforme a Tabela 2, 41,2% (n=28) das escolares apresentaram comportamento alimentar de risco. Este dado, segundo Cubrelati et al. (2014), deve ser visto com atenção pela comunidade escolar, tendo em vista estudos apontarem que a adolescência é um período de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares e as meninas estão mais predispostas a esses distúrbios. Sendo assim, redobrar os cuidados quanto às medidas preventivas e de intervenção no sentido de conscientizar as adolescentes sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis que faz muito necessário.

Os números encontrados para o comportamento alimentar de risco foram superiores aos achados em outro estudo com adolescentes brasileiras. Dunker, Fernandes e Carreira Filho (2009), ao investigarem a prevalência de sintomas de anorexia e bulimia em 183 adolescentes da cidade de São Paulo, encontraram índices de 21,1% para o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares.

Considera-se a percepção de IC um fator de risco que não se deve ignorar e possui origem na tendência socialmente imposta sobre o ideal de magreza e da boa forma física, especialmente às mulheres, nas quais a aparência física representa uma importante medida de valor pessoal (AZAMBUJA et al., 2014).



Conclui-se que adolescentes do sexo feminino, praticantes de dança, do ensino médio de uma escola pública do Sul do Brasil, apresentaram níveis de atividade física adequados e que estes se associaram de forma significativa com a IC e o estado nutricional, mas não se associaram com o comportamento alimentar de risco. Portanto, torna-se necessário maior atenção em relação ao comportamento das escolares, buscando prevenir possíveis distorções da IC, visto que muitos dos hábitos e dos comportamentos estabelecidos na adolescência são, possivelmente, transferidos para a idade adulta, tornando-se mais difíceis de serem modificados.










Entre as limitações deste estudo encontram-se o baixo número amostral, com coleta de dados em corte transversal, não possibilitando o acompanhamento longitudinal das adolescentes e a relação causa-efeito entre as variáveis.

## Agradecimentos







Agradecemos ao Colégio Militar de Santa Maria, RS, Brasil, o qual nos proporcionou e auxiliou no desenvolvimento deste estudo.

## Referências

- AARNIO, M.; WINTER, T.; PELTONEN, J.; KUJALA, U. M.; KAPRIO, J. Stability of leisure-time physical activity during adolescence - a longitudinal study among 16, 17 and 18 years-old Finnish youth. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 12, n. 3, p. 179-185, 2002. 
- AZAMBUJA, C. R.; PANDOLFO, K. C. M.; SANTOS, D. L. Autopercepção da imagem corporal e estado nutricional de escolares. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 8, n. 47, p. 316-321, 2014.
- AZAMBUJA, C. R.; PANDOLFO, K. C. M.; BRUM, L. M.; SANTOS, D. L.; SCHETINGER, M. R. C. Educação em ciências: a influência do estilo de vida dos adolescentes de escolas públicas federais frente às ações preventivas de saúde. **Revista Ciências & Ideias**, v. 5, n. 2, p. 81-99, 2014.
- AZEVEDO, M. R.; ARAUJO, C. L.; COZZENSA DA SILVA, M.; HALLAL, P. C. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. **Revista Saúde Pública**, v. 41, n. 1, p. 69-75, 2007. 
- BIGHETTI, F. **Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto - SP**. 2003. 123 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública) - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2003.
- CABRERA, T. F. C.; CORREIA, I. F. L.; SANTOS, D. O. D.; PACAGNELLI, F. L.; PRADO, M. T. A.; SILVA, T. D. D.; FERNANI, D. C. G. L. Análise da prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma cidade do sudoeste de São Paulo. **Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano**, v. 24, n. 1, p. 67-72, 2014.
- CUBRELATI, B. S.; RIGONI, P. A. G.; VIEIRA, L. F.; BELEM, I. C. Relação entre distorção de imagem corporal e risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em adolescentes. **Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, v. 12, n. 1, p. 1-15, 2014.

- DUNKER, K. L. L.; FERNANDES, C. P. B.; CARREIRA FILHO, D. Influência do nível socioeconômico sobre comportamentos de risco para transtornos alimentares em adolescentes. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 58, n. 3, p. 156-161, 2009. 
- FIDELIX, Y. L., SILVA; D. A. S.; PELEGRINI, A.; SILVA, A. F. D.; PETROSKI, E. L. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes de uma cidade de pequeno porte: associação com sexo, idade e zona de domicílio. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 13, n. 3, p. 202-207, 2011.
- GLANER, M. F.; PELEGRINI, A.; CORDOBA, C. O.; POZZOBON, M. E. Associação entre insatisfação com a imagem corporal e indicadores antropométricos em adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 1, p. 129-136, 2013. 
- GONÇALVES, C. D. O.; CAMPANA, A. N.; TAVARES, M. D. C. Influência da atividade física na imagem corporal: uma revisão bibliográfica. **Motricidade**, v. 8, n. 2, p. 70-82, 2012. 
- GUEDES, D. P.; LOPES, C. C.; GUEDES, J. E. R. P. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, v. 11, n. 2, p. 151-158, 2005. 
- GUIMARÃES, A. D.; MACHADO, S. P.; FRANÇA, A. K. T. D. C.; CALADO, I. L. Transtornos alimentares e insatisfação com a imagem corporal em bailarinos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, n. 4, p. 267-271, 2014. 
- HALLAL, P. C.; KNUTH, A. G.; CRUZ, D. K. A.; MENDES, M. I.; MALTA, D. C. L. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 2, p. 3035-3042, 2010. 
- KNUTH, A. G.; HALLAL, P. C. Temporal trends in physical activity: a systematic review. **Journal of Physical Activity & Health**, v. 6, n. 5, p. 548-559, 2009.
- LARA, S.; COPETTI, J.; LANES, K. G.; PUNTEL, R. L.; FOLMER, V. Imagem corporal, medidas antropométricas e atividade física como ferramentas para a educação em saúde no contexto escolar. **Revista Ciências & Ideias**, v. 4, n. 2, p. 27-46, 2014.
- LEPAGE, M. L.; CROWTHER, J. H. The effects of exercise on body satisfaction and affect. **Body Image**, v. 7, n. 2, p. 124-130, 2010. 
- MARTINS, J. F. S. F. **Educação física e estilos de vida: porque são os adolescentes fisicamente (in) ativos?**. 2015. 371 f. Tese (Doutorado em Ciências da Educação na Especialidade de Didática da Educação Física e Desporto) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2015.
- MITCHELL, J. A.; RODRIGUEZ, D.; SCHMITZ, K. H.; AUDRAIN-MCGOVERN, J. Greater screen time is associated with adolescent obesity: a longitudinal study of the BMI distribution from ages 14 to 18. **Obesity**, v. 21, n. 3, p. 572-575, 2013. 
- MORAES, A. C. F.; CARVALHO, H. B.; REY-LÓPEZ, J. P.; GRACIA-MARCO, L.; BEGHIN, L.; KAFATOS, A.; MORENO, L. A. Independent and combined effects of physical activity and sedentary behavior on blood pressure in adolescents: gender differences in two cross-sectional studies. **PLoS One**, v. 8, n. 5, May 2013. 



- PELEGRINI, A.; PETROSKI, E. L. Inatividade física e sua associação com estado nutricional, insatisfação com a imagem corporal e comportamentos sedentários em adolescentes de escolas públicas. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 27, n. 4, p. 366-373, 2009. 
- PINHEIRO, A. P.; GIUGLIANI, E. R. J. Body dissatisfaction in Brazilian school children: prevalence and associated factors. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, n. 3, p. 489-496, 2006. 
- REIS, N.; MACHADO, Z.; PELEGRINI, A.; MONTE, F.; BOING, L.; SIMAS, J.; GUIMARÃES, A. Imagem corporal, estado nutricional e sintomas de transtornos alimentares em bailarinos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 6, p. 771-781, 2014.
- RIBEIRO, L. G.; VEIGA, G. V. Imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em bailarinos profissionais. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 16, n. 2, p. 99-102, 2010. 
- SEABRA, A. F.; MENDONÇA, D. M.; THOMIS, M. A.; ANJOS, L. A.; MAIA, J. A. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. Biological and socio-cultural determinants of physical activity in adolescents. **Caderno de Saúde Pública**, v. 24, n. 4, p. 721-736, 2008. 
- SILVA, J. D.; SILVA, A. B. D. J.; OLIVEIRA, A. V. K. D.; NEMER, A. S. D. A. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência da Saúde Coletiva**, v. 17, n. 12, p. 3399-3406, 2012. 
- TIGGEMANN, M.; WILSON-BARRETT, E. Children's figure ratings: relationship to self-esteem and negative stereotyping. **International Journal of Eating Disorders**, v. 23, n. 1, p. 83-88, 1998. 
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global recommendations on physical activity for health**. Geneva, 2010. Disponível em: [http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/en/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/). Acesso em: 05 out. 2014.
- ZORDÃO, O. P.; BARBOSA, A.; PARISI, T. S. A.; GRASSELLI, C. D. S. M.; NOGUEIRA, D. A.; SILVA, R. R. Associação da imagem corporal e transtornos alimentares em adolescentes de Minas Gerais (Brasil). **Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, v. 35, n. 2, p. 48-56, 2015.

### Conflitos de interesse

Não há nenhum potencial conflito de interesse entre os autores desse trabalho.

Recebido em: 05 out. 2015.  
Aprovado em: 20 nov. 2015.