

PERFIL ANTROPOMÉTRICO E PERCEPÇÃO CORPORAL DE MULHERES PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DO PROGRAMA ACADEMIA DAS CIDADES DE SERRA TALHADA-PEMaria das Graças Soares de Moura¹, Widemar Ferraz da Silva¹**RESUMO**

Introdução: Diversas mulheres são beneficiadas pelo programa Academia das Cidades (PAC) em Serra Talhada-PE, visto que a prática regular de atividade física promove diversos benefícios a saúde, com destaque ao fator protetor para doenças cardiovasculares. Além de que a literatura aponta uma prevalência de insatisfação corporal (IC) no público feminino. **Objetivo:** Esse estudo objetivou analisar o risco cardiovascular e a relação entre o perfil antropométrico e o nível de IC de mulheres que praticam atividades físicas por meio do PAC de Serra Talhada/PE. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo descritivo transversal, com abordagem quali-quantitativa, realizado em Serra Talhada-PE. O questionário Body Shape Questionnaire foi utilizado para avaliar a IC e as medidas antropométricas para avaliar o risco cardiovascular (RCV), classificar o estado nutricional e o percentual de gordura. **Resultados e discussões:** A eutrofia se fez presente em 32,26% das 31 mulheres com idade entre 28 e 56 anos, 45,15% estavam com sobrepeso e 22,57% com obesidade grau I ou II. Já 91,67% apresentaram percentual de gordura acima do ideal. Mais da metade da amostra possuía RCV. Quanto a IC ela esteve presente em 48,39% das mulheres e prevaleceu com sobrepeso ou obesidade. **Conclusão:** A maioria apresentou excesso de peso, RCV, percentual de gordura acima do ideal e quase metade delas estavam insatisfeitas com os corpos, sobretudo as com sobrepeso ou obesidade. Evidenciando a necessidade de uma intervenção nutricional que as conscientize sobre a relação de uma alimentação saudável com a composição corporal e os marcadores de saúde física e psicológica.

Palavras-chave: Composição corporal. Imagem corporal. Doenças cardiovasculares.

1 - Faculdade de Integração do Sertão, Serra Talhada, Pernambuco, Brasil.

ABSTRACT

Anthropometric profile and body perception of women practicing physical activity of the academy program of the cities of Serra Talhada-PE

The Academia das Cidades program was created to promote free access to physical activity in several municipalities, since regular practice promotes several health benefits, with emphasis on the protective factor for cardiovascular diseases. In Serra Talhada, most program participants are women, and the literature even points out that females are more prone to body dissatisfaction. This study aimed to analyze the cardiovascular risk and the relationship between the anthropometric profile and the level of body dissatisfaction of women who regularly practice physical activities through the Academia das Cidades program in Serra Talhada-PE. This is a cross-sectional descriptive study, with a quali-quantitative approach, carried out in Serra Talhada-PE. The Body Shape Questionnaire was used to assess body dissatisfaction and anthropometric measurements were used to assess cardiovascular risk, classify nutritional status and percentage of fat. Eutrophy was present in only 32.26% of the 31 women aged between 28 and 56 who participated, 45.15% were overweight and 22.57% had grade I or II obesity. Already 91.67% had a percentage of fat above the ideal. More than half of the sample was at risk for developing cardiometabolic diseases according to waist circumference and waist-to-hip ratio. As for body dissatisfaction, it was present in 48.39% of the women and prevailed in overweight or obese women. Most women are overweight, at risk for developing cardiovascular diseases, had a fat percentage above the ideal and almost half of them are dissatisfied with their bodies, especially those who are overweight or obese. Evidencing the need for nutritional intervention that makes them aware of the relationship between healthy eating and body composition and markers of physical and psychological health.

Key words: Body composition. Body image. Cardiovascular diseases.

INTRODUÇÃO

O entendimento de que o corpo do ser humano passa por constantes transformações fisiológicas e morfológicas do nascimento ao envelhecimento é válido, pois, a maioria das pessoas não estão satisfeitas quanto ao desenvolvimento do seu próprio corpo (Sant'anna, 2004).

Possibilitando entender a crescente busca pela prática de exercícios físicos, visto que é entendida como um meio para obtenção de melhorias na qualidade de vida, recuperação ou prevenção de doenças e principalmente para a melhora da forma física estética.

A prática de atividade física está associada a diversos benefícios à saúde, englobando bem-estar físico, social e psicológico (Lear e colaboradores, 2017). Há evidências que destacam a prática de atividade física como um fator protetor para doenças crônicas e mortalidade por diversos fatores (Lee e colaboradores, 2012).

Além da existência da prática por questões de saúde e bem-estar, a tendência cultural da sociedade em considerar a magreza como uma situação ideal para as mulheres, tem as motivado e as incentivado a praticarem exercícios físicos a fim de alcançarem o corpo tão almejado. (Damasceno e colaboradores, 2005).

Assim, a prática de atividade física está intimamente relacionada à imagem corporal, que é um complexo fenômeno humano que abrange aspectos cognitivos, afetivos, socioculturais e motores.

Logo, isso interfere na forma como o indivíduo autopercebe o seu corpo, visto que essa representação mental é influenciada tanto pelo meio em que vive quanto pelos sentimentos que nutrem pela forma e tamanho do corpo (Silva e colaboradores, 2019).

Entende-se que essa consciência corporal contribui para a autoestima ao longo da vida, de tal forma que a inadequação dessa imagem pode gerar insatisfação com o corpo e promover o surgimento de transtornos alimentares e distúrbios de autoimagem (Graup e colaboradores, 2006).

Os benefícios são inúmeros, e no que discerne ao sistema cardiovascular a prática auxilia na redução de níveis pressóricos, alterações lipídicas, risco de doença coronariana e demais eventos

cardiovasculares (Pitanga e colaboradores, 2018).

Diante disso, é necessário destacar programas governamentais que auxiliem a população na prática de exercícios, como o Programa Academia das Cidades, implementado em diversas cidades do Brasil e que conta com educadores físicos que acompanham os participantes nas atividades desenvolvidas (Costa, 2012).

Assim, o presente estudo objetivou analisar o risco cardiovascular e a relação entre o perfil antropométrico e o nível de insatisfação corporal de mulheres que praticam atividades físicas regularmente por meio do programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, transversal e quali-quantitativo realizado com mulheres na faixa etária de 18 a 60 anos, usuárias do programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, que realizam atividades nos polos Academia das Cidades do IPSEP e Academia da Saúde do Centro de Artes e Esportes Unificados (CEU das Artes) na Caxixola. Foram excluídas as praticantes maiores de 60 anos. O estudo foi avaliado e aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Integração do Sertão-FIS, de acordo com o número do parecer: 5.995.384 e o número do CAAE: 68077123.3.0000.8267.

No que diz respeito a avaliação antropométrica, as medidas foram realizadas por meio de balança digital portátil (Omron®), com capacidade de 150Kg e sensibilidade de 100g, a altura e circunferência da cintura foram feitas através de fita métrica (Cescorf®) e as pregas cutâneas por meio de adipômetro (Cescorf®). O percentual de gordura e de massa magra foram encontrados a partir do cálculo de densidade corporal determinado por meio do protocolo de três dobras cutâneas de Jackson e Pollock (1980). Posteriormente o percentual de gordura foi determinado através da equação de Siri (1993).

Para o cálculo do índice de massa corporal (IMC) foi utilizada a fórmula do IMC que corresponde a peso (kg) / altura (m²). Em relação aos valores relacionados ao risco cardiovascular, foram utilizados os parâmetros de circunferência da cintura (CC) e razão cintura quadril (RCQ), e considerados os seguintes pontos de corte: CC ≥80cm (World Health Organization, 1998) e razão cintura

quadril (RCQ) $\geq 0,85$ (World Health Organization, 1995), visto que são fortes aliados na predição de alterações (Batista e colaboradores, 2021; Loureiro e colaboradores, 2020).

Para avaliação dos níveis de insatisfação corporal foi utilizado o questionário Body Shape Questionnaire (BSQ) pois possibilita rastrear a frequência de descontentamento e preocupação com o peso e a aparência que possuem do seu próprio corpo. Este questionário caracteriza-se por ser um instrumento de autopreenchimento composto por 34 perguntas com escala do tipo likert, que variam de 1 igual a nunca até 6 que corresponde a sempre. A pontuação varia de 34 a 204 pontos e quanto mais elevado o score maior é sua insatisfação corporal. (Silva e colaboradores, 2016). Após a realização das coletas, os dados foram apresentados em forma de média e desvio padrão por meio de

tabelas. Para os procedimentos estatísticos, utilizou-se o software Microsoft Office Excel 2019 e IBM SPSS Statistics 21.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo obteve uma amostra de 31 mulheres entre 28 e 56 anos ($42 \pm 7,5$). Conforme a Tabela 1, as medidas antropométricas das participantes do programa Academia das Cidades apontaram que a média de peso é de $68 \pm 10,39$ Kg, altura de $1,59 \text{ m} \pm 7,11$ e IMC de $27,11 \pm 3,72$ Kg/m². Resultados esses que se assemelham ao do estudo de Costa e colaboradores (2019) realizado com 52 mulheres na faixa etária de 19 a 59 anos e frequentadoras de uma academia. Uma vez que apresentaram médias de peso (67Kg), altura (1.61m) e IMC (26.22 Kg/m²) que corroboram com a do nosso estudo.

Tabela 1 - Parâmetros antropométricos, composição corporal e caracterização das participantes do Programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, 2023.

Variáveis							
Idade (Anos)	Peso (kg)	Estatura (cm)	IMC (kg/m ²)	CC (cm)	CQ (cm)	RCQ	%G
$42 \pm 7,56$	$68,65 \pm 10,39$	$159 \pm 7,11$	$27,11 \pm 3,72$	$83,82 \pm 7,63$	$103,89 \pm 8,58$	$0,81 \pm 0,06$	$32,82 \pm 6,03$

Legenda: IMC= Índice de massa corporal; CC= Circunferência da cintura; CQ= Circunferência do quadril; RCQ= Razão cintura quadril; %G= Percentual de gordura.

Ainda sobre o estudo de Costa e colaboradores (2019), no que se refere a classificação de IMC e percentual de gordura, observa-se uma certa divergência de resultados, uma vez que o nosso estudo (Tabela 2) encontrou uma maior porcentagem de participantes com sobrepeso (45,16%) em relação àquelas com eutrofia 32,26%, enquanto no trabalho supracitado, foi observado uma frequência de 46,2% de participantes classificadas com eutrofia, seguido de 38,5% com sobrepeso. Quanto ao percentual de gordura a média foi semelhante, visto que Costa e colaboradores (2019) observaram um %G médio de 31,5% e em nosso estudo a média foi de 32,8%. Essas alterações podem ser explicadas pelo tamanho amostral, média de idade ou até pelo período de coleta dos estudos, já que nosso trabalho foi realizado pós-pandemia do COVID-19, pois o período de quarentena dificultou a prática de atividades físicas da população.

Esses dados acabam corroborando também com Rizzi e colaboradores, (2019) que observaram uma frequência muito semelhante de indivíduos acima do peso (40,29%), sendo válido salientar que apesar deste estudo ter sido realizado com 139 desportistas de ambos os sexos do município de Pelotas-RS mais da metade da amostra era composta por mulheres (65,47%).

Esses resultados geram preocupação, pois este estado nutricional não é o preconizado para a população como um todo. Principalmente pelo fato de que também observamos aqui uma prevalência de 19,35% das participantes com obesidade grau I e 3,22% com obesidade grau II, sendo valores de IMC superiores a 30 Kg/m² diretamente ligados a aumento do risco de infarto e insuficiência cardíaca. Além de que há uma clara associação entre a obesidade e gordura visceral, acarretando uma diminuição da expectativa de vida por doenças cardiometabólicas (Pohl e colaboradores, 2018).

Tabela 2 - Classificação do estado nutricional segundo o IMC, %G e risco cardiovascular de acordo com CC e RCQ das participantes do Programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, 2023.

IMC	%	Média e DP
Eutrofia	32,26	23,16 ± 1,18
Sobrepeso	45,16	27,41 ± 1,41
Obesidade I	19,35	31,25 ± 0,70
Obesidade II	3,22	37,8 ± 0
CC	%	Média e DP
Risco Elevado	41,93	83,85 ± 2,19
Risco muito elevado	29,03	92,83 ± 3,48
Baixo risco	29,03	74,78 ± 3,99
RCQ	%	Média e DP
Alto risco	35,48	0,88 ± 0,02
Risco moderado	25,81	0,81 ± 0,01
Baixo risco	38,71	0,75 ± 0,03
% Gordura	%	Média e DP
Abaixo da média	8,33	19,00 ± 0,43
Acima da média	37,5	28,08 ± 2,23
Risco B	54,17	35,12 ± 2,24

Legenda: Risco B= Risco de doenças associadas a obesidade.

Quanto aos valores de circunferência da cintura (CC) relacionados ao risco cardiovascular, foi observado que 41,93% apresentam risco elevado e 29,03% risco muito elevado para doenças cardiovasculares (DCV). Sendo assim, 70,96% das participantes possuem algum tipo de risco, resultado parecido com o encontrado no estudo de Holanda e colaboradores (2019) com 44 mulheres de uma academia pública, pois observou uma média de 94,71cm.

Deste modo, os resultados de ambos os estudos corroboram para o entendimento de que há um certo padrão de risco cardiovascular para esse público.

Em relação aos valores de razão cintura quadril (RCQ) a Tabela 2 demonstra que 61,29% das mulheres possuem valores de alto e moderado risco, com 35,48% e 25,81% respectivamente.

O estudo de Lima e colaboradores, (2021) com participantes do programa Academia das Cidades do Recife, apresentou um também valor de 61,29%, mas não especificou quanto a risco moderado ou alto, além de que essa porcentagem equivale apenas a participantes que se encontravam com sobrepeso/ obesidade.

Esses valores requerem atenção, visto que um elevado acúmulo de gordura visceral é um forte preditor para um aumento de mortalidade. Mas, sabendo a relação positiva entre a prática de atividade física e as doenças

cardiovasculares, observar que em ambos os casos os participantes já desenvolvem e buscam essa prática é bastante positivo, ainda mais pelo fato de que um programa público é quem promove esse acesso.

Quando se observa os valores de percentual de gordura o presente estudo observou que não havia nenhuma participante classificada como na média, diferente do estudo de Maleski e colaboradores, (2016) que estudou frequentadores de academia e encontrou 5% de pessoas na média, e trouxe os resultados de 57,5% para acima da média, 10% abaixo da média e 27,5% com risco de doenças associadas à obesidade.

Enquanto o estudo de Costa e colaboradores (2019) mencionado anteriormente, demonstrou que havia 2% abaixo da média, 8% na média, 21% acima da média e 69% com risco de doenças associadas à obesidade, assemelhando-se ao presente estudo que observou que 8,33% estavam abaixo da média, 37,5% acima da média e 54,17% com risco de doenças. Entende-se que ainda que com algumas divergências nos resultados, há uma provável ausência de bons hábitos alimentares.

O questionário Body Shape foi utilizado para avaliar o nível de insatisfação corporal e classificá-las quanto a ausente, leve, moderada e grave. Conforme a Tabela 3, observa-se que das 31 participantes, 16 (51,61%) não apresentaram insatisfação, já 15 (48,39%)

apresentaram insatisfação corporal em algum grau.

A insatisfação corporal de 48,39% encontrado nesse estudo é semelhante ao estudado por Poltronieri e colaboradores, (2016) que apresentaram um resultado de 45,9% das mulheres entre 18 e 59 anos da cidade de Ipê do Rio Grande do Sul com insatisfação com a imagem corporal (IC). Mas, inferior ao de um estudo realizado nos Estados

Unidos que verificou uma porcentagem de 71% (Jackson e colaboradores, 2014).

Logo, percebe-se que mesmo sendo de locais distintos prevalece a insatisfação corporal. Entretanto, esses valores podem ser explicados pela elevada cobrança social e a influência da mídia na identificação de um padrão de corpo magro tido como ideal.

Ainda mais que no Brasil há evidências de uma elevada prevalência de insatisfação corporal entre mulheres adultas. (Souza, 2013).

Tabela 3 - Classificação segundo BSQ do nível de insatisfação corporal das participantes do Programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, 2023.

Classificação	Scores	n	%
Ausência	<80	16	51,61%
Leve	81 a 110	8	25,81%
Moderada	111 a 140	5	16,13%
Grave	>140	2	6,45%
Total		31	100%

Já quando se correlaciona os valores de insatisfação corporal e a classificação do estado nutricional segundo o IMC (Tabela 4) pode se observar que nenhuma das participantes com eutrofia apresentaram insatisfação moderada ou grave.

Em contrapartida todas as participantes com insatisfação corporal moderada e grave possuíam sobrepeso ou obesidade.

Apenas 20% das participantes eutróficas possuíam insatisfação enquanto 61,9% das com sobrepeso ou obesidade apresentavam insatisfação. Essa associação entre a insatisfação corporal e estado

nutricional foi também observada na Itália com o estudo de Siervo e colaboradores, (2014) em que observaram uma menor prevalência de insatisfação entre as eutróficas quando comparadas às mulheres com excesso de peso.

Sendo válido observar que 6,45% das praticantes de atividade física do programa ainda que eutróficas apresentam insatisfação leve com o corpo, o que nos relembra que diversos fatores são levados em consideração para a formação da percepção da imagem corporal, mas que nem todos foram englobados nesse estudo.

Tabela 4 - Classificação do BSQ em relação ao estado nutricional das participantes do Programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, 2023.

Classificação do EN	Body Shape Questionnaire				
	Ausência	Leve	Moderada	Grave	Total
Eutrofia	8(25,81%)	2(6,45%)	0	0	10(32,26%)
Sobrepeso/Obesidade	8(25,81%)	6(19,35%)	5(16,13%)	2(6,45%)	21(67,74%)
Total	16(51,62%)	8 (25,8%)	5 (16,13%)	2 (6,45%)	31 (100%)

Legenda: Classificação EN= Classificação do estado nutricional.

A Tabela 5 apresenta algumas das questões do questionário BSQ de forma isolada e traz o percentual de respostas obtidos no estudo. Observa-se que 22,5% das participantes mostraram-se sempre preocupados com o risco de ficarem gordos ou mais gordos, resultado pouco semelhante ao de Costa e colaboradores, (2019) que obtiveram a porcentagem de 36,3%. Mas, sendo válido salientar que no nosso estudo

22,5% apresentam-se muito frequentemente preocupados, mas o estudo de Costa e colaboradores (2019) não traz essa informação. Esse mesmo estudo observa que 60,6% dos entrevistados preocupados com a forma do corpo sempre pratiquem exercício físico, porém o presente estudo apresentou um percentual de 45,1%.

O nosso estudo também obteve resultados positivos, uma vez que mais de 50%

dos entrevistados não sentem vergonha do corpo e nem choraram, já que são fatores críticos para o desencadeamento de problemas psicológicos quanto a imagem corporal. Outro fator é que 29,04% das entrevistadas responderam sempre para o fato de que quando estão preocupadas com a forma do

corpo sentem que precisam fazer dieta, resultado um pouco semelhante ao de Maniglia e colaboradores, (2021) que encontraram 20% para sempre. Resultados que remontam a uma certa consciência da amostra quanto a relação de dieta e perda do peso.

Tabela 5 - Porcentagem das respostas das questões do (BSQ-34) das participantes do Programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, 2023.

Variável	1	2	3	4	5	6
2- Tem estado tão preocupado com a forma do corpo que pensou que deveria fazer dieta?	19,36	3,22	35,48	9,68	3,22	29,04
4- Tem sentido medo de ficar gordo ou mais gordo?	19,36	6,45	25,81	3,22	22,58	22,58
7- Sentiu-se tão mal com a forma do corpo a ponto de chorar?	67,76	19,36	3,22	3,22	3,22	3,22
20- Sentiu vergonha do seu corpo?	51,62	9,68	22,58	9,68	3,22	3,22
34- A preocupação com a forma do seu corpo fez com que sentisse que deveria fazer exercício físico?	16,13	9,68	6,45	3,22	19,36	45,16

Legenda: 1= Nunca; 2= Raramente; 3= Às vezes; 4= Frequentemente; 5= Muito frequentemente e 6= Sempre

CONCLUSÃO

Os resultados apresentados nesse estudo mostram que ainda que as participantes pratiquem atividades físicas regularmente por meio do programa Academia das Cidades de Serra Talhada-PE, a maioria apresenta excesso de peso e risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

Além de que 91,67% das mulheres estavam com percentual de gordura acima do ideal e a insatisfação corporal se fazia presente em quase metade delas.

Quanto a associação de estado nutricional e os níveis de insatisfação corporal, percebeu-se que as participantes com sobrepeso e obesidade apresentaram maior insatisfação do que aquelas com eutrofia. E quase todas as mulheres com algum grau de insatisfação estavam com o percentual de gordura acima da média.

Tais resultados são preocupantes, visto que estão estritamente relacionados com a saúde das participantes. Logo, entende-se que

existe uma necessidade de se estabelecer uma intervenção nutricional que seja capaz de conscientizar os indivíduos em relação a importância de uma alimentação adequada e sua relação com a composição corporal e marcadores de saúde física e psicológica.

Por fim, também acreditamos que seja interessante o desenvolvimento de novas pesquisas sobre o perfil antropométrico da população, associando essas variáveis a níveis de insatisfação corporal do público feminino, já que segundo a literatura estas são mais suscetíveis a apresentarem algum tipo de problemática.

REFERÊNCIAS

1-Batista, A.C.V.; Sousa, K.G.; Pacheco, T.V.; Silva, F.I.; Medeiros, L.T.; Santos, C.C.; Matos, M.R.T. Relação cintura-altura e cintura-quadril na predição de risco cardiovascular: um estudo transversal em uma unidade básica de saúde. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e

Emagrecimento. São Paulo. Vol. 15. Num. 99. 2021. p. 1513-1523.

2-Costa, V.R.P.; Daronco, L.S.E.; Lopes, L.F.D; Balsan.; L.A.G. Percepção da imagem corporal de indivíduos adultos e idosos. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição E Emagrecimento. São Paulo. Vol. 13. Num. 82. 2019. p. 1011-1015.

3-Costa, W.S.A avaliação do estado nutricional e hábitos alimentares de alunos praticantes de atividade física de uma academia do Município de São Bento do Una - PE. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo. 2012.

4-Damasceno, V.O.; Lima, J.R.P.; Vianna, J.M; Vianna, V.R.A.; Novaes, J.S. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 11. Num. 3. 2005.

5-Graup, S.; Pereira, E.F.; Lopes, A.S.; Araújo, V. C.; Legnani, R.F.S.; Borgatt, A.F. Associação entre a percepção da imagem corporal e indicadores antropométricos de escolares. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. Vol. 22. Num. 2. 2008. p. 129-38.

6-Holanda, A.S.S.; Mendonça, C.N.G.; Verás, A.C.C.; De Oliveira, B.F.A.; Sequeira-De-Andrade, L.A.S.; Carvalho, P.R.C.; Costa, A.S. Comportamento sedentário e estado nutricional em mulheres fisicamente ativas usuárias de academia pública. Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício. São Paulo. Vol. 13. Num. 81. 2019. p. 78-85.

7-Jackson, A.S.; Pollock, M.L.; Ward, A. Generalized equations for predicting body density of women. Medicine & Science in Sports and Exercise. 1980.

8-Jackson, K.; Janssen, I.; Appelhans, B.; Kazlauskaitė, R.; Karavolos, K.; Dugan, S.; Avery, E.A.; Shipp-Johnson, K.J.; Powell, L.H.; Kravitz, H.M. Body image satisfaction and depression in midlife women: the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). Archives of Womens Mental Health. Vol. 17. Num. 3. 2014. p. 177-187.

9-Lear, S.A.; Hu, W.; Rangarajan, S.; Gasevic, D.; Leong, D.; Iqbal, R.; Casanova, A.; Swaminathan, S.; Anjana, R.M.; Kumar, R.; Rosengren, A.; Wei, L.; Yang, W.; Chuangshi,

W.; Huaxing, L.; Nair, S.; Diaz, S.; Swidon, H.; Gupta.; R.; Mohammadifard.; N.; Lopez-Jaramillo, P.; Oguz, A.; Zatonska, K.; Seron, P.; Avezum, A.; Poirier, P.; Teo, K.; Yusuf, S. The effect of physical activity on mortality and cardiovascular disease in 130 000 people from 17 highincome, middle-income, and low-income countries: the PURE study. Lancet. 2017.

10-Lee, I.M.; Shiroma, E.J.; Lobelo, F.; Puska, P.; Blair, S.N.; Katzmarzyk, P.T. Effect of physical inactivity on major noncommunicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. Lancet. 2012.

11-Lima, M.N.G.; Santiago, E.R.C.; De Lemos, E.C. Excesso de peso e fatores associados em usuários do programa academia da cidade em Recife, Pernambuco. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 15. Num. 98. 2021. p. 1208-1220.

12-Loureiro, N.S.L.; Amaral, T.L.M.; Amaral, C.A.; Monteiro, G.T.R.; Vasconcellos, M.T.L.; Bortolini, M.J.S. Relação de indicadores antropométricos com fatores de risco para doença cardiovascular em adultos e idosos de Rio Branco, Acre. Revista de Saúde Pública. 2020.

13-Maleski, L.R.; Caparros, D.R.; Viebig, R.F. Estado nutricional, uso de suplementos alimentares e insatisfação corporal de frequentadores de uma academia. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo. Vol. 10. Num. 59. 2016. p. 535-545.

14-Maniglia, F.P.; Maniglia, A.A.S.V.; Maniglia, I.B.N.; Maniglia, M.F.B.S.; Maniglia, P.B.D.R.L.; Tozati, L.P.; Nascimento, L.L. Avaliação da percepção e satisfação da imagem corporal de estudantes de enfermagem. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 15. Num. 95. 2021. p. 653-658.

15-Pitanga, F.J.G.; Matos, S.M.A.; Almeida, M.D.C.; Barreto, S.M.; Aquino, E.M.L. Leisure-Time Physical Activity, but not Commuting Physical Activity, is Associated with Cardiovascular Risk among ELSA-Brasil Participants. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. Vol. 110. Num. 1. 2018. p. 36-43.

16-Pohl, H.H.; Arnol, E.F.; Dummel, K.L.; Cerentini, T.M.; Reuter, É.M.; Reckziegel, M.B. Indicadores antropométricos e fatores de risco

cardiovascular em trabalhadores rurais. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 24. 2018. p. 64-68.

17-Poltronieri, T.S.; Tusset, C.; Gregoletto, M.L.O.; Cremonese, C. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em mulheres do sul do Brasil. Ciência & Saúde. Vol. 9. Num. 3. 2016. p. 128.

18-Rizzi, T.; Hoerle, E.; Braga, K.D.; Pretto, A.D.B. Consumo alimentar e imagem corporal em desportistas do município de Pelotas-RS. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo. Vol. 13. Num. 77. 2019. p. 35-44.

19-Sant'anna, D.B. É possível realizar uma história do corpo? In: Soares, C. (Org.). Corpo e história. Campinas-SP. Autores Associados, 2004.

20-Siervo, M.; Montagnese, C.; Muscariello, E.; Evans, E.; Stephan, B.C.; Nasti, G.; Papa, A.; Iannetti, E.; Colantuoni, A. Weight loss expectations and body dissatisfaction in young women attempting to lose weight. Journal of Human Nutrition and Dietetics. 2014.

21-Silva, W.R.; Costa, D.; Pimenta, F.; Maroco, J.; Campos, J.A.D.B. Psychometric evaluation of a unified Portuguese-language version of the Body Shape Questionnaire in female university students. Cadernos de Saúde Pública. Vol. 32. Num. 7. 2016. p. 1-13.

22-Siri, W.E. Body composition from fluid spaces and density: analysis of methods. Nutrition. 1993.

23-Souza, M.V. Imagem corporal de mulheres praticantes de musculação. EFDesportes. Revista Digital. Núm.186. 2013.

24-World Health Organization (WHO). Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva. WHO. 1995.

25-World Health Organization (WHO). Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Geneva. WHO. 1998.

Recebido para publicação em 22/02/2024
Aceito em 13/09/2024