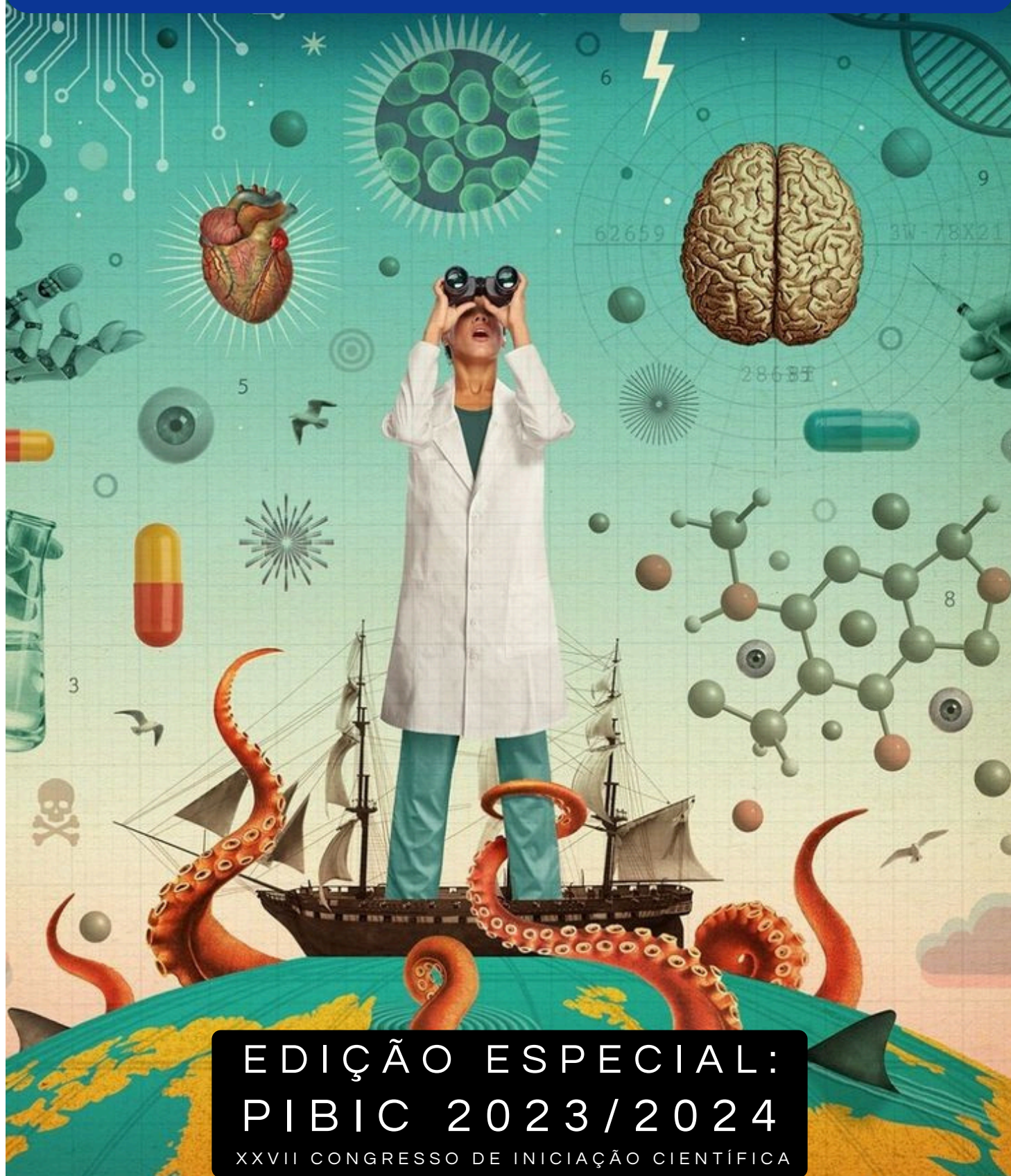


REVISTA CIENTÍFICA UMC



EDIÇÃO ESPECIAL:
PIBIC 2023/2024
XXVII CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

Capa do Artigo

Título em Português: Além das aparências: autoestima, imagem corporal e traços de humor em universitários

Título em Inglês: Beyond Appearances: Self-Esteem, Body Image, and Mood Traits in University Students

Título em Espanhol: Más Allá de las Apariencias: Autoestima, Imagen Corporal y Rasgos de Humor en Universitarios

Autores

Nome	E-mail	ORCID
Erica Tiemi Sakamoto ^{1*}	11212100035@alunos.umc.br	https://orcid.org/0009-0002-0210-9889
Iago Monteiro de Sousa ¹	11212100769@alunos.umc.br	https://orcid.org/0009-0000-7343-2929
Ana Beatriz Bueno de Almeida ¹	11212100004@alunos.umc.br	https://orcid.org/0009-0009-9516-5169
Geovana Mellisa Castrezana Anacleto ¹	geovanamc@umc.br	https://orcid.org/0000-0002-6448-0985
Bruno Bonfá Araujo ¹	brunobonffa@outlook.com	https://orcid.org/0000-0003-0702-9992

* Autor Correspondente

Instituições

1. Universidade de Mogi das Cruzes, Mogi das Cruzes, SP, Brasil.

Informações

Categoria da Publicação: Resumo Expandido; PIBIC.

Tipo da Publicação: Pesquisa.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Introdução

Alguns autores discutem a noção de imagem corporal como sendo a maneira como o indivíduo se enxerga [1, 2, 3]. Entre eles, pode-se citar Gardner [4], que estuda e discute a figura mental que se possui das medidas, dos contornos e da forma do corpo, bem como, os sentimentos desenvolvidos acerca das características físicas. Assim, a imagem corporal surge como um aspecto subjetivo para definir a identidade pessoal [5, 6].

Na literatura, é citado o papel da ligação entre a insatisfação corporal com aspectos como distúrbios alimentares (i.e., anorexia, bulimia e compulsão alimentar) e os estresses causados pela vida moderna [3, 7]. Além disso, há a influência do poder midiático sobre a forma como lidamos com a nossa autoimagem, o que nos leva à busca do “corpo perfeito” [1, 3].

O desenvolvimento da imagem corporal e da autoestima consiste em um processo contínuo que ocorre ao longo da vida da pessoa. Entende-se como autoestima um conjunto de valores eleitos pelo sujeito, sendo eles positivos ou negativos, sobre si mesmo. Essa relação de autoavaliação tem início na fase do desenvolvimento psicossocial na terceira infância, idade correspondente entre os 6 e 11 anos, fase do desenvolvimento que foca na produtividade versus inferioridade, fase na qual os pais possuem influência nas crenças das crianças, principalmente no desenvolvimento da virtude competência, que seria a visão da criança sobre si relacionadas à capacidade de dominar e realizar certas habilidades ou tarefas [8, 9].

Em um aspecto geral, indivíduos que são avaliados como pessoas de alta autoestima costumam ter a percepção mais positiva da vida, ligada ao bom humor e à qualidade de vida. Já pessoas avaliadas com baixa autoestima costumam ter uma visão distorcida de si mesmas, levando a um humor mais negativo, e conseqüentemente, a mais problemas na vida, como depressão, ansiedade e estresse [10, 11].

Segundo o DSM – 5 TR [12], a depressão é caracterizada como um conjunto de sintomas que afetam o indivíduo por no mínimo duas semanas em momentos distintos de sua vida. Os sintomas incluem: humor triste, vazio ou irritado, alterações cognitivas e somáticas, que afetam a capacidade e funcionamento do indivíduo. Ansiedade é um estado mental que apresenta aspectos psicológicos e fisiológicos, em que, diante de eventos futuros, o sujeito antecipa uma possível situação de

ameaça ou incerteza, gerando comportamentos para a sua autopreservação. Vivenciar a ansiedade por longos períodos e de forma excessiva pode desencadear transtornos de ansiedade. O estresse surge, em sua maioria, quando o indivíduo é posto em situações de mudanças e adaptação. As fontes de estresse podem ser classificadas como internas e externas. Eventos internos podem ser definidos como subjetivos, valorativo e crenças do próprio sujeito; e eventos externos definem-se como situações cotidianas, estilo de vida e relações com o ambiente [13]. Para esse projeto serão analisados os casos de acordo com o estado subclínico das variáveis.

A partir disso, a literatura demonstra a insatisfação do jovem universitário em relação à imagem corporal e à autoestima. O perfil dos estudantes universitários, em sua maioria, é composto de jovens que acabaram de sair da fase escolar. Com isso, encontram no mundo acadêmico dificuldades acerca da dinâmica empregada. A universidade espera do estudante maior autonomia na busca de conhecimento, maturidade e responsabilidade diferente do ambiente escolar. Tendo em vista as dificuldades que os jovens encontram ao se tornarem universitários (novas rotinas, indecisão profissional, falta de perspectiva de carreira e dificuldades financeiras) em conjunto com os processos de desenvolvimento da adolescência para a vida adulta, o jovem busca o pertencimento ao lugar, incluindo a aceitação, o medo do fracasso e o não cumprir com as expectativas impostas pelos pais [5, 11, 14, 15, 16]. Portanto, esta pesquisa visa sanar a lacuna entre percepção da imagem corporal, autoestima e traços de humor para a população universitária.

Objetivos

A pesquisa teve como objetivo comparar autoestima e imagem corporal com estresse, ansiedade e depressão entre universitários.

Materiais e Métodos

Trata-se de uma pesquisa exploratória, de natureza aplicada, e coletada de forma transversal. O estudo obteve a participação de 265 participantes com 18 a 58 anos, dos sexos masculino e feminino, utilizando o método de amostragem bola de neve, e coletados de forma netnográfica, através da plataforma *Google Forms*. Foram utilizados para a coleta de dados quatro testes, sendo eles: Escala de Autoestima de Rosenberg, Body Shape Questionnaire (BSQ), Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS 21) e um questionário sociodemográfico. Em relação aos aspectos

éticos um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi disponibilizado aos participantes para assegurá-los de sua privacidade e proteção conforme a Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD), Lei nº 13.709/2018. A análise de dados teve como abordagem quantitativa, utilizando estatísticas descritivas e inferenciais

Resultados e Discussão

A amostra do estudo incluiu 265 estudantes universitários de São Paulo, dos sexos feminino e masculino, com uma média de idade 25,4 anos ($\pm 9,04$). Conforme o apresentado na Tabela 1 de correlação, há uma relação negativa entre a preocupação com o formato corporal e os níveis de autoestima entre a amostra coletada. Em outras palavras, quanto maior preocupação com a imagem corporal, menor é o nível de autoestima, ou quanto menor a preocupação com a imagem corporal, maiores são os níveis de autoestima. Além disso, os níveis de autoestima e depressão também apresentam uma relação negativa, indicando que a baixa autoestima está associada a um nível elevado de sintomas depressivos. Ademais a relação positiva entre imagem corporal e estresse demonstra que a preocupação com o formato do corpo está associada a um nível elevado de estresse.

Os resultados da pesquisa revelaram uma relação significativa entre as variáveis, corroborando a literatura existente. Os achados mostraram uma correlação negativa entre imagem corporal e autoestima, sugerindo que uma percepção negativa da imagem corporal está associada a uma menor autoestima, impactando negativamente a saúde mental dos estudantes. Além disso indivíduos com baixa autoestima têm uma percepção mais negativa da vida [10, 11], como apresentado na tabela 1, onde a depressão apresentou correlação significativa e negativa com a autoestima. Ademais, foi encontrada uma correlação positiva entre ansiedade, depressão e estresse, que sugere que esses fatores estão interligados e podem se influenciar mutuamente, amplificando os desafios emocionais dos estudantes. O que demonstra como as exigências e adaptações da vida universitária, podem ser um fator desencadeante para o aparecimento desses traços de humor [14, 16].

Da mesma forma, os resultados relacionados a imagem corporal, estresse e depressão foram mais prevalentes do que a ansiedade, o que contraria os resultados obtidos por Cardoso et al. [6], em que, apesar da baixa prevalência de insatisfação corporal, a ansiedade foi destacada como um dos fatores associado à insatisfação corporal. A relação positiva entre esses fatores demonstra que uma

maior preocupação com o corpo pode estar relacionada a uma fragilidade emocional, mas ressalta-se que a insatisfação corporal é influenciada por outros fatores como características fisiológicas, psicológicas, sociodemográficas, estilo de vida e antropométricas [1, 5, 6].

Considerações Finais

Apesar das contribuições esse estudo possui limitações. A amostra foi restrita a estudantes de um único estado, impossibilitando a generalização dos resultados, além de desconsiderar outros fatores como: ambiente, modo de vida e histórico de saúde. Para estudos futuros, sugere-se investigar outros fatores que influenciam a relação entre imagem corporal, autoestima e traços de humor, como a escolha do curso e o sexo podem ser fatores relacionados a esse tema.

Conflito de Interesses

Os autores declaram não haver conflitos de interesse. Eles são os únicos responsáveis pelo conteúdo e pela redação do artigo.

Agradecimentos e Financiamentos

Não se aplica.

Disponibilidade dos Dados

Não se aplica.

Referências

1. Kakeshita IS, Almeida S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Rev Saúde Pública*. 2006;40(3):497–504. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsp/v40n3/19.pdf> [citado em 2024 set 9].
2. Freire SC, Fisberg M. Adaptação da Escala de Silhuetas Brasileiras para uso digital. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2017;66:211–5. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bpsiq/a/RVMnmT6sLrTXkxwVHXfWKWp/?lang=pt&format=html> [citado em 2024 set 9].
3. Sousa F das CA, Oliveira JCR, Alves FR, Silva WC da, Rodrigues RP de S, Silva ABS da, Moura L da S, Araújo JR, Diniz A das N, Leitão KR da S, Mendes RC, Silva EB da. Estudo do estado nutricional, imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares em acadêmicas de nutrição. *Rev Enferm Atual Derme*. 2020;93(31). Disponível em: <https://www.revistaenfermagemactual.com/index.php/revista/article/view/644> [citado em 2024 set 9].
4. Gardner RM. Methodological issues in assessment of the perceptual component of body image disturbance. *Br J Psychol*. 1996;87(2):327–37.
5. Souza ACD, Alvarenga MDS. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2016;65(3):286–99. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bpsiq/a/9rqZF8vfjLrqTJNXwyPzQN/?lang=pt> [citado em 2024 set 9].
6. Cardoso L, Niz LG, Aguiar HTV, Lessa A do C, Rocha ME de S e, Rocha JSB, et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 2020;156–64. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000274> [citado em 2024 set 9].
7. Kakeshita IS, Silva AIP, Zanatta DP, Almeida SS. Construção e fidedignidade teste-reteste de escalas de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 2009;25(2):263–70. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n2/a15v25n2.pdf> [citado em 2024 set 9].
8. Papalia DE, Feldman RD, Martorell G. *Desenvolvimento humano*. 12th ed. Porto Alegre: Artmed; 2013.
9. Gonçalves Vaz M, Emídio Moreira T. Influência da socialização da 3º infância na construção da autoestima do adulto. 2022. Disponível em: <http://repositorio.aee.edu.br/jspui/handle/aee/19726> [citado em 2024 set 9].
10. Avanci JQ, Assis SG, Santos NCD, Oliveira RVC. Adaptação transcultural de escala de auto-estima para adolescentes. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2007;20(3):397–405. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/vFYmpGXxSbJ4szKVC9gijwSq/> [citado em 2024 set 9].
11. Hutz CS, Zanon C. Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg. *Avaliação Psicológica*. 2011;10(1):41–9. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt&nrm=iso [citado em 2024 set 9].
12. American Psychiatric Association. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR: Texto Revisado*. 5th ed. Porto Alegre: Artmed; 2023. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786558820949/> [citado em 2024 set 9].
13. Lipp MN, Novaes LE. *Stress*. 3rd ed. São Paulo: Contexto; 2000.
14. Mosquera JHM, Stobäus CD. *A docência na educação superior: sete olhares*. Vol. 2. Google Books; 2008. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt->

- BR&lr=&id=H4xTGU1PRIAC&oi=fnd&pg=PA111&dq=auto+estima+psicologia&ots=vaUuLwZwKV&sig=92o7Tm2wyJUF1TTdn2sDaX-odok#v=onepage&q=auto [citado em 2024 set 9].
15. Rech CR, Araújo E, Vanat J. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Rev Bras Educ Fís Esporte*. 2024;24(02):285–92. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-46902010000200011&script=sci_abstract [citado em 2024 set 9].
 16. Pereira HP, Lopes DG, Gonçalves MC, Vasconcelos-Raposo JJ. Bem-estar psicológico e autoestima em estudantes universitários. *Rev Iberoam Psicol Ejercicio Deporte*. 2017;12(2):297–305. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311151242013.pdf> [citado em 2024 set 9].

Imagem – Quadro – Tabela

TABELA 1: Matrix de correlação (2024).

Matriz de Correlação		Imagem corporal	Autoestima	Ansiedade	Depressão	Estresse
Imagem corporal	Pearson's r	—				
	p-value	—				
Autoestima	Pearson's r	-0,489	—			
	p-value	< .001	—			
Ansiedade	Pearson's r	0,396	-0,409	—		
	p-value	< .001	< .001	—		
Depressão	Pearson's r	0,417	-0,624	0,69	—	
	p-value	< .001	< .001	< .001	—	
Estresse	Pearson's r	0,451	-0,434	0,808	0,71	—
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	—

Fonte: Própria