

Efeito de diferentes abordagens nutricionais sobre a percepção da imagem corporal em mulheres com obesidade, na cidade de Viçosa - MG

Milena Sales Thomé, Glauce Dias da Costa, Marina Tosatti Aleixo, Jéssica Aparecida da Silva,
Irene da Silva Araújo Gonçalves, Nitúzia de Jesus Oliveira

Saúde e Bem-estar
Pesquisa

Introdução

Dados divulgados em 2025, mostram que 31% da população adulta do Brasil convive com obesidade, sendo mais prevalente em mulheres. Dada a multicausalidade da obesidade, destacam-se os fatores biopsicossociais na imagem corporal da mulher, pois, historicamente, construiu-se uma ideia midiática de que ser bela é ser magra, prejudicando a construção da imagem corporal. Há uma reprodução de sistemas de saúde que reafirmam estigmas da obesidade, assim, faz-se necessário o estudo de abordagens que foquem no cuidado nutricional da pessoa como um todo.

Objetivos

Avaliar o efeito de diferentes abordagens nutricionais sobre a insatisfação corporal em mulheres com obesidade.

Metodologia

Trata-se do recorte de um estudo randomizado, realizado em 2023, em mulheres adultas com obesidade, as quais foram alocadas em três grupos, conforme abordagem nutricional recebida.

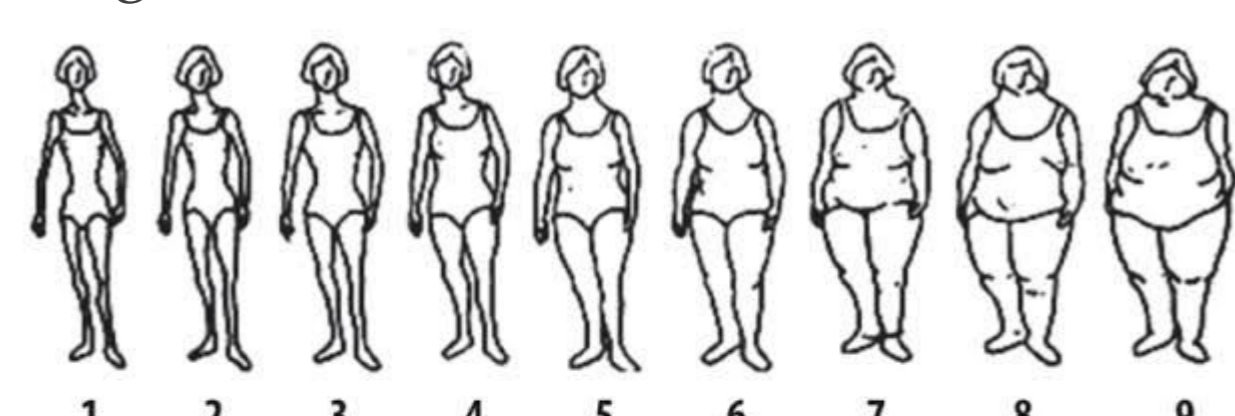
Quadro 1: Distribuição das participantes acompanhadas pelo estudo.

Grupo 1	abordagem prescritiva individual
Grupo 2	abordagem multicomponente individual
Grupo 3	abordagem multicomponente individual, associada à encontros grupais

Fonte: elaborado pelos autores

Foi utilizada a Escala de Silhuetas de Stunkard para avaliar a insatisfação com a imagem corporal. As análises estatísticas foram conduzidas no software Stata, versão 19.0, com o nível de significância de 5%. Foi utilizado o teste de Wilcoxon, para comparações dentro do grupo e teste de Kruskal-Wallis, seguido de post hoc de Mann Whitney, para comparação entre os grupos, além de regressão linear múltipla com erro robusto para estimar o efeito das intervenções, ajustadas por idade, escolaridade, renda, hipertensão e tabagismo.

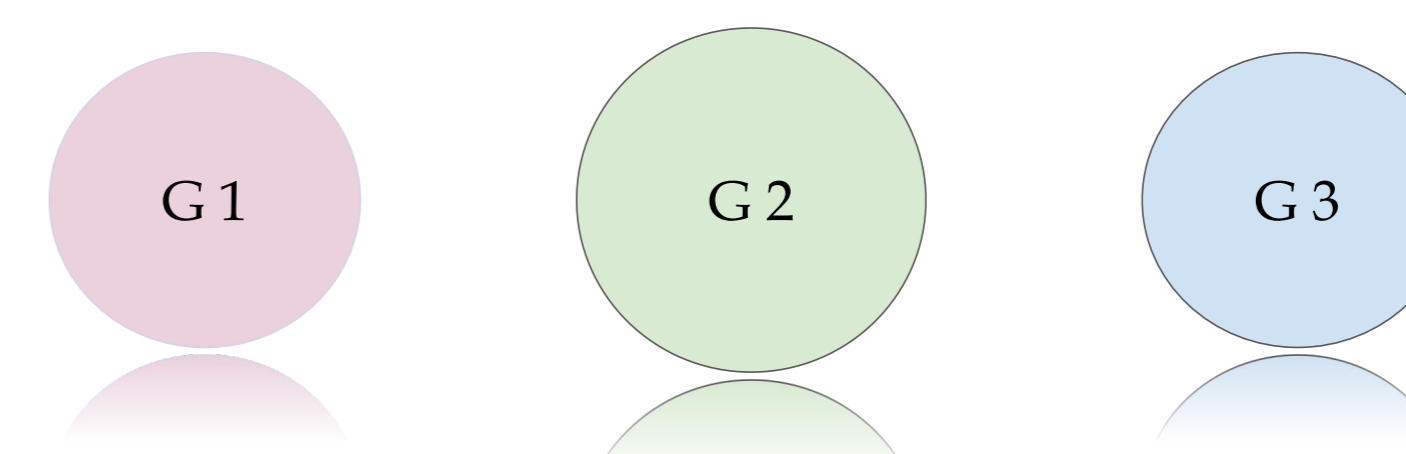
Imagem 1: Escala de Silhuetas de Stunkard



Resultados

86 mulheres

Média de idade: 37,8 anos e da renda *per capita* de R\$ 1.409,79. Todos os grupos apresentaram redução significativa na insatisfação corporal. Comparando o G1 com os demais grupos, obteve-se:



Na regressão ajustada, apenas o G2 apresentou **efeito significativo na redução da insatisfação corporal**. A presença de encontros grupais não exerceu efeito adicional na redução.

Conclusões

As três abordagens nutricionais analisadas contribuíram significativamente para a redução da insatisfação na imagem corporal em mulheres com obesidade. Contudo, a abordagem multicomponente individual demonstrou efeito significativamente superior, quando comparada à abordagem prescritiva individual e à abordagem multicomponente individual associada a encontros grupais. Assim, demonstra-se que abordagens multicomponentes são efetivas para a redução da insatisfação corporal, uma vez que permitem o contato com necessidades específicas do ser, como a construção de sua imagem corporal de forma mais positiva.

Bibliografia

- GONÇALVES, I. da S. A. et al. Interrelation of Stress, Eating Behavior, and Body Adiposity in Women with Obesity: Do Emotions Matter? *Nutrients*, v. 16, n. 23, p. 4133, 2024. DOI: 10.3390/nu16234133. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/16/23/4133>. Acesso em: 30 set. 2025.
- MARCUZZO, Miquela; PICH, Santiago; DITTRICH, Maria Glória. A obesidade como objeto complexo: uma aproximação às políticas públicas de alimentação e nutrição. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 16, n. 43, p. 17-34, dez. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/V5ynNlvPn8z8zPN3cSfqtbp/?lang=pt>. Acesso em: 30 set. 2025.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity and overweight. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 30 set. 2025.
- WORLD OBESITY FEDERATION. *PBO - Atlas Mundial da Obesidade - WOF 2025 (versão em português)*. [S.l.]: World Obesity Federation, 2025. Disponível em: <https://data.worldobesity.org/publications/PBO---Atlas-Mundial-da-Obesidade---WOF-2025-PT-BR.pdf>. Acesso em: 30 set. 2025.

Apoio Financeiro



PREFEITURA DE VIÇOSA