

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**

**CENTRO DE DESPORTOS**

**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Gustavo Afonso Cousseau da Silva Ribeiro

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS  
ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS ENTRE ALUNOS DO  
ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS**

Florianópolis

2015

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS  
ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS ENTRE ALUNOS DO  
ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física. Departamento de Educação Física, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina.

Orientador: Giovâni Firpo Del Duca

Co-orientadora: Cilene Rebolho Martins

Florianópolis

2015

GUSTAVO AFONSO COUSSEAU DA SILVA RIBEIRO

**INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS  
ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS ENTRE ALUNOS DO  
ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS**

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado  
como requisito parcial para obtenção do grau  
de Licenciado em Educação Física pela  
Universidade Federal de Santa Catarina.

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Dr. Giovâni Firpo Del Duca

---

Orientador – CDS / UFSC

Profª Ms. Cilene Rebolho Martins

---

Co-orientadora – CDS / UFSC

Profª Ms. Juliane Berria

---

Membro – CDS / UFSC

Profª Marina Christofolletti dos Santos

---

Membro – CDS / UFSC

FLORIANÓPOLIS, JULHO DE 2015

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente agradeço a minha mãe, Cláudia Adriane Cousseau da Silva. O desejo dela em me ver formado foi o principal motivo para eu ter chego ao final do curso.

Ao meu professor e orientador Giovâni Firpo Del Duca, por aceitar a tarefa de me orientar e tranquilizar nos momentos em que achei que não teria tempo suficiente para a conclusão do trabalho.

A minha professora e co-orientadora Cilene Rebolho Martins, pelo tempo e atenção disponibilizados a me ajudar durante todo o semestre.

**MUITO OBRIGADO!**

## **Insatisfação com a imagem corporal e uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos entre alunos do ensino médio de escolas pública e privada de Florianópolis.**

Orientador: Prof Giovâni Firpo Del Duca

Co-orientadora: Prof<sup>a</sup> Cilene Rebolho Martins

### **RESUMO**

Atualmente, são observados altos índices de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. A principal causa dessa insatisfação corporal se dá devido aos padrões de beleza idealizados que dificilmente são alcançados. O uso de recursos ergogênicos é um método capaz de acelerar os resultados do treinamento e encurtar o caminho na busca do corpo perfeito. Grande parte dos usuários de recursos ergogênicos relatam o resultado estético como principal motivo para a utilização. O estudo buscou analisar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos em alunos do terceiro ano de duas escolas (uma pública e uma privada) do município de Florianópolis/SC. A pesquisa contou com a participação de 87 alunos, sendo 41 do sexo feminino e 46 do sexo masculino com idade entre 15 e 24 anos. Foram obtidas informações a respeito da imagem corporal, prática de atividade física e recursos ergogênicos. A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva baseada em frequência relativa e absoluta e do teste do qui-quadrado de Pearson. Os resultados apontam para uma prevalência de insatisfação com a imagem corporal de 74,7%. O uso de suplementos alimentares e medicamentos foi relatado, respectivamente, por 32,2% e 11,1% dos adolescentes. O suplemento mais consumido foi Whey protein (67,7%) e o medicamento de maior utilização foi anfepramona (7,1%), ficando restrito apenas à escola pública. Um maior consumo de suplementos alimentares foi associado à faixa etária de 15 a 17 anos. Maior parte dos escolares não responderam o motivo da utilização dos mesmos. Dentre os que responderam, os mais citados foram melhora no desempenho, sugestão de alguém e influência da mídia. Os achados dessa pesquisa apontam para uma alta prevalência de insatisfação corporal, seguida de utilização de recursos ergogênicos, medidas a fim de informar e orientar os adolescentes são necessárias.

**Palavras chave:** Imagem corporal, recursos ergogênicos, adolescente.

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1.</b> Distribuição absoluta e relativa referente ao tipo de escola, sexo e faixa etária do grupo de estudo. Florianópolis / SC, 2015 .....	24
<b>Tabela 2.</b> Distribuição dos adolescentes em relação ao sexo em cada escola. Florianópolis / SC, 2015 .....	24
<b>Tabela 3.</b> Valor médio, desvio padrão, mínimo e máximo da variável idade de cada escola. Florianópolis / SC, 2015 .....	25
<b>Tabela 4.</b> Modalidades de atividades físicas praticadas pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015 .....	25
<b>Tabela 5.</b> Tempo de prática da principal atividade física praticada pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015 .....	25
<b>Tabela 6.</b> Objetivo da prática de atividade física. Florianópolis / SC, 2015 .....	26
<b>Tabela 7.</b> Silhueta ideal para o sexo oposto. Florianópolis / SC, 2015 .....	27
<b>Tabela 8.</b> Origem da informação sobre recursos ergogênicos. Florianópolis / SC, 2015.....	28
<b>Tabela 9.</b> Distribuição dos participantes do estudo em relação ao uso de suplementos de acordo com o tipo de escola. Florianópolis/SC, 2015 .....	29
<b>Tabela 10.</b> Suplementos alimentares utilizados pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015.....	29
<b>Tabela 11.</b> Indicação do suplemento alimentar. Florianópolis / SC, 2015 .....	30
<b>Tabela 12.</b> Motivo para o uso de suplemento alimentar. Florianópolis / SC, 2015.....	30
<b>Tabela 13.</b> Medicamentos utilizados pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015 .....	31

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Escala de silhuetas referentes à imagem corporal.....	19
<b>Figura 2.</b> Insatisfação com a imagem corporal. Florianópolis / SC, 2015 .....	26
<b>Figura 3.</b> Distribuição dos adolescentes de acordo com as categorias de imagem corporal. Florianópolis / SC, 2015.....	27
<b>Figura 4.</b> Distribuição da insatisfação com a imagem corporal de acordo com o tipo de escola. Florianópolis / SC, 2015.....	28

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>09</b>
1.1 O PROBLEMA E SUA IMPORTÂNCIA .....	09
1.2 JUSTIFICATIVA .....	11
1.3 OBJETIVOS .....	12
<b>1.3.1 Objetivo geral .....</b>	<b>12</b>
<b>1.3.2 Objetivos específicos .....</b>	<b>12</b>
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>13</b>
2.1 INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL .....	13
2.2 RECURSOS ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS .....	14
2.3 O AMBIENTE ESCOLAR E SUA IMPORTÂNCIA SOCIAL.....	16
<b>3 MATERIAIS E MÉTODO .....</b>	<b>18</b>
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO .....	18
3.2 LOCAL E PARTICIPANTES DO ESTUDO .....	18
3.3 CRITÉRIO DE ELEGIBILIDADE .....	18
<b>3.3.1 Critérios de inclusão .....</b>	<b>18</b>
<b>3.3.2 Critérios de exclusão .....</b>	<b>18</b>
3.4 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS .....	19
3.5 VARIÁVEIS DO ESTUDO .....	20
3.6 PROCEDIMENTOS PARA A COLETA DE DADOS .....	22
3.7 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS .....	23
<b>4 RESULTADOS .....</b>	<b>24</b>
<b>5 DISCUSSÃO .....</b>	<b>32</b>
<b>6 CONCLUSÕES.....</b>	<b>36</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>37</b>
<b>APÊNDICES .....</b>	<b>41</b>



# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 O PROBLEMA E SUA IMPORTÂNCIA

A imagem corporal é um constructo psicológico que se desenvolve por meio de pensamentos, sentimentos e percepções do indivíduo sobre sua aparência geral, das partes do seu corpo e das estruturas e funções fisiológicas. No entanto, essas percepções podem não corresponder à realidade (HART, 2003).

A fase da adolescência caracteriza-se por apresentar mudanças físicas e mentais para o ser humano. Em meio a uma série de transformações biológicas derivadas da puberdade, um protótipo de físico corporal é o que tem sido mais idealizado (FLEITLICH, 1997). Este modelo de físico ideal sofre grande influência da mídia a partir da imposição de um padrão de beleza que é desejado por muitos jovens (CARREIRA FILHO, 2005). Essa preocupação com a forma e aparência física é evidente e, desde idades muito precoces essa mensagem é absorvida (PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006). Nesse sentido, com o objetivo de alcançar as formas corporais ideais, alguns jovens adotam comportamentos nocivos à saúde podendo acarretar no desenvolvimento de transtornos alimentares como por exemplo anorexia e bulimia nervosa (ALVES et al., 2008; THE McKNIGHT INVESTIGATORS, 2003; STICE, 2002; STICE; BEARMAN, 2001; MARTINS, 2010) e também no uso de recursos ergogênicos (CARREIRA FILHO, 2005).

A mídia apresenta à sociedade conquistas de mudanças corporais, que focam num corpo socialmente aceito que conflita com a necessidade de uma melhor qualidade de vida (CARREIRA FILHO, 2005). Enquanto os meninos desejam aumentar a silhueta corporal com o ganho de massa muscular, as meninas almejam o inverso (VILELA et al. 2001). Corseuil et al. (2009) apresentam prevalência de insatisfação corporal de 85% em adolescentes do sexo feminino no município de Três de Maio - RS. Pelegrini (2008) encontrou prevalência de insatisfação corporal de 65% (masculino 72,6% e feminino 61,8%) em adolescentes de 14 a 18 anos em Florianópolis - SC. Dentre os principais fatores da insatisfação corporal estão a mídia, a pressão familiar e das amigas (BERG et al., 2007).

Segundo Carreira Filho (2005), uma droga é colocada à disposição para a cura de alguma anomalia e tem seu efeito desejado, e acaba sendo adotada inconsequentemente para a alteração corporal provocando prejuízo à saúde do usuário. O uso de recursos ergogênicos com finalidade estética vem se tornando uma prática comum em indivíduos não atletas no Brasil

(NETO, 2001; RIBEIRO, 2001). A prevalência do uso de anabolizantes em adolescentes do sexo feminino é de 1,1%, enquanto, entre aqueles do sexo masculino, chega a 10,7% (ARAÚJO, 2003). Simas (2014) evidencia que o principal objetivo do uso de suplementos alimentares a anabolizantes por frequentadores de academias é para fins estéticos, comprovando que esse uso ocorre devido à busca desenfreada para alcançar os padrões de beleza vigentes.

Durante a adolescência o ambiente escolar é um dos mais presentes na vida social dos jovens, sendo assim, é irrefutável que a maioria dos amigos estejam nesse ambiente. A pressão das amizades está entre os fatores que contribuem para a insatisfação com a imagem corporal (BERG et al., 2007). Sabendo que os amigos e a escola podem afetar os hábitos alimentares, a saúde nutricional e a percepção do próprio corpo (PEREIRA et al., 2009), podendo assim levar à insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos (CARREIRA FILHO, 2005), é fundamental que haja um relacionamento equilibrado entre eles.

Samdal et al. (1998) sugerem que a percepção que os alunos têm da vida escolar influencia na percepção de bem-estar e adoção de comportamentos ligados à saúde. O tipo de escola está relacionado com o nível socioeconômico e é considerado uma variável de grande importância nos estudos sobre insatisfação com a imagem corporal em adolescentes (PEREIRA et al. 2009). Para Moore (1993) e Annuziati (2007) a busca pelo auxílio de profissionais para controle de peso e intervenções estéticas é de mais fácil acesso a pessoas de classes econômicas mais favorecidas.

Pesquisas apontam para um maior uso de anabolizantes (ARAÚJO, 2003) e anorexígenos (SILVA, 2007) em escolas privadas do Distrito Federal e em universitárias paranaenses com renda mais alta, respectivamente. Sabendo que a busca desenfreada pelos padrões de beleza vigentes é crescente e o uso de recursos ergogênicos é visto como uma possibilidade atraente nessa busca, o presente estudo buscou retratar a dimensão desse problema nos adolescentes. Tendo em vista que essa população sofre constantemente com preocupações da imagem corporal e busca se adequar ao padrão de beleza imposto pela mídia, torna-se necessária essa pesquisa a fim de fornecer subsídios para a prevenção dos problemas de saúde causados pelo uso indiscriminado de recursos ergogênicos.

Sendo assim, o presente estudo buscou investigar as seguintes questões:

- Qual é a prevalência de insatisfação com a imagem corporal e qual o percentual de utilização de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos em alunos do terceiro ano do ensino médio de duas escolas (uma pública e uma privada) de Florianópolis/SC?

- Existe associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos com o tipo de escola (pública/privada)?

## 1.2 JUSTIFICATIVA

A valorização do corpo esbelto e o medo da obesidade fazem com que os jovens adotem comportamentos danosos a saúde, inclusive os que apresentam peso corporal adequado (PINHEIRO e GIUGLIANI, 2006). Esse tipo de comportamento pode causar desenvolvimento de transtornos alimentares e danos à saúde devido à baixa ingestão de nutrientes (PINHEIRO e GIUGLIANI, 2006).

Os meios de comunicação estabelecem padrões estéticos utilizando anúncios com corpos esculturais para vender algum produto. Isso proporciona um incentivo na busca do corpo perfeito e faz com que os jovens sejam escravizados, tentando alcançar um ideal de beleza imposto pela mídia (CARREIRA FILHO 2005). Nesse contexto, nos Estados Unidos, foi verificado pelos Institutos Nacionais de Saúde, um aumento de 1,8% para 2,8% no consumo de esteroides anabolizantes no período de 1997 a 2001 (ARAÚJO, 2003). Simas (2014) relata que o principal motivo para a utilização de recursos ergogênicos é para fins estéticos e que aproximadamente metade dos usuários não recebem a orientação do profissional adequado.

Segundo o estudo de Araújo (2003), 32,79% dos usuários de anabolizantes receberam orientação de um profissional de educação física. Tendo em vista o quão preocupante é esse dado, torna-se necessário recordar o dever desse profissional. Dever que consiste em conscientizar os alunos sobre o funcionamento e os riscos proporcionados por esses recursos. Além de orientar a procura do profissional adequado (médico ou nutricionista) sem faltar com a devida ética profissional ao indicar o uso drogas aos alunos. Os resultados do estudo darão suporte para a formulação de ações direcionadas à prevenção, com o intuito de fornecer informações importantes a respeito dos recursos ergogênicos.

O tema do presente estudo será pesquisado para tomar conhecimento de quanto os jovens estão preocupados com a aparência, a ponto de realizarem o uso de suplementos e/ou medicamentos para fins estético. Sabendo que é crescente a utilização de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos de forma indiscriminada e mal orientada, jovens estão dispostos a presenciar os efeitos colaterais de medicamentos, tais como alterações no humor, irritabilidade, acne, além de distúrbios renais e hepáticos (SILVA, 2003), em troca de uma

melhora na autoestima. Nesse sentido, faz-se necessário conhecer estes usuários, e saber se estes possuem informações sobre tais recursos, visando a elaboração de estratégias educativas para conscientização.

### 1.3 OBJETIVOS

#### 1.3.1 Objetivo geral

Analisar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos em alunos do terceiro ano de duas escolas (uma pública e uma privada) de Florianópolis/SC.

#### 1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal;
- Verificar o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos;
- Identificar os principais recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos utilizados pelos escolares, bem como o principal objetivo e a indicação para a sua utilização;
- Comparar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos conforme o tipo de escola (pública e privada).

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL

A definição de imagem corporal se dá pela noção sobre o tamanho e formato do próprio corpo. Sentimentos relacionados às características corporais também estão associados a essa definição (GARDNER 1996). No entanto, essas percepções podem não corresponder à realidade (HART, 2003).

Há registro de que a insatisfação com a imagem corporal tem início já no início da adolescência (CAMPAGNA; SOUZA, 2006) e é fortemente influenciada por aspectos socioculturais (HART, 2003; SMOLAK, 2004). A fase da adolescência caracteriza-se por apresentar muitas mudanças físicas e mentais para o ser humano. Essas transformações marcam a saída da infância e a forma como os adolescentes são percebidos pelos outros (SANDS & WARDLE, 2003). Ao mesmo tempo em que ocorrem essas mudanças biológicas resultantes da puberdade, um protótipo de tipo físico corporal (magro para as mulheres e atlético para os homens) é o que tem sido mais idealizado (FLEITLICH, 1997), estando a satisfação com a imagem corporal diretamente relacionada a uma melhor autoestima (BENEDETTI; PETROSKI; GONÇALVES, 2003).

Estudos conduzidos em adolescentes revelaram que a insatisfação com a imagem corporal é prevalente durante essa fase da vida (PINHEIRO; GIUGLIANI, 2006; TRICHES; GIUGLIANI, 2007; CONTI et al. 2005), com valores aproximados em torno de 60% (PETROSKI et al. 2012). Independentemente do sexo, os adolescentes se preocupam com o peso e a aparência corporal (CONTI et al. 2005). Inúmeras investigações têm revelado que o sexo feminino tende a apresentar maior insatisfação corporal que o masculino (BRANCO et al. 2006; TRICHES; GIUGLIANI, 2007; EISENBERG et al. 2006).

Para o sexo feminino, a magreza é preconizada, existindo uma tendência maior no desejo de reduzir o peso corporal (VILELA, 2001). Segundo Fidelix et al. (2011), o sexo masculino está mais insatisfeito com o corpo e almeja o inverso do feminino, sobretudo no ganho de massa muscular e porte atlético.

Estudos indicam que a insatisfação corporal em adolescentes está associada diretamente a problemas alimentares como anorexia nervosa e bulimia nervosa (ALVES et al., 2008; THE McKNIGHT INVESTIGATORS, 2003; STICE, 2002; STICE; BEARMAN, 2001).

Relata-se ainda que adolescentes com sobrepeso apresentam maior insatisfação com a imagem corporal (PALUDO et al. 2011). Porém outros mostram que em adolescentes espanhóis com a massa corporal adequada, a prevalência dos índices de insatisfação é bastante alta (CUADRADO et al., 2000), contrapondo a ideia de que a insatisfação com a imagem corporal tenha relação direta com o estado nutricional. Existe uma grande preocupação com a estética e os padrões de beleza dificilmente são correspondentes aos padrões apresentados como apropriados a saúde.

Com relação à insatisfação corporal e ao perfil socioeconômico, as pesquisas brasileiras são escassas e ainda não tem um direcionamento. De acordo com a revisão sistemática de Pereira et al. (2011), existe a necessidade de mais estudos, já que a população brasileira está passando por modificações econômicas e nutricionais. Em pesquisas estrangeiras, uma tendência aponta que adolescentes de classes mais favorecidas estariam mais insatisfeitos com o corpo (PEREIRA et al., 2011). Na Austrália, o acesso à mídia e uma exposição maior ao padrão de beleza magro, levaria jovens de classes mais altas mostrarem-se mais insatisfeitos com o excesso de peso (WANG, 2005). Em Florianópolis, escolares de classes mais altas mostram-se mais insatisfeitos pela magreza e os de classes baixas pelo excesso de peso (PEREIRA et al., 2009). No estudo de Schreiber (1993), meninas norte americanas de classes econômicas mais altas apresentam menor insatisfação com o corpo. Para Moore (1993) e Annuziati (2007) a busca pelo auxílio de profissionais para controle de peso e intervenções estéticas é de mais fácil acesso à pessoas de classes mais favorecidas.

## 2.2 RECURSOS ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS

Os recursos ergogênicos no esporte podem ser compreendidos por abranger todo e qualquer mecanismo, efeito fisiológico, nutricional ou farmacológico que seja capaz de melhorar a performance nas atividades físicas esportivas, ou mesmo ocupacionais. Dessa forma, agentes ergogênicos podem ser divididos em 3 grupos: a) fisiológicos; b) nutricionais; c) farmacológicos (NETO, 2001).

Suplementos alimentares se enquadram no grupo dos recursos ergogênicos nutricionais. Apresentam funções de aumentar o tecido muscular, ofertar e produzir energia para o músculo, minimizar os efeitos da fadiga, aumentar o alerta mental, reduzir a gordura corporal, diminuir a produção de metabólitos tóxicos do músculo e acelerar a remoção dos mesmos. (DANTAS, 2005). A alimentação também é considerada um recurso ergogênico nutricional. O consumo de

carboidratos antes e depois do treinamento auxilia não apenas na recuperação dos músculos, como também fornecem energia ao praticante. Isso melhora não apenas sua performance atlética, como também a motivação para melhor executá-la, potencializando a atividade física e, conseqüentemente, os resultados obtidos com a prática (XAVIER, 2012).

O uso de esteroides anabolizantes é considerado recurso ergogênico farmacológico. Apesar do evidente aumento de energia para o treinamento, seus efeitos colaterais são severos, comprometendo decisivamente a saúde de seu usuário. Isto ocorre devido à grande quantidade de hormônios sexuais como princípio ativo destes compostos, causando um sensível desequilíbrio no organismo. Esse desequilíbrio é refletido em manifestações internas (problemas de processamento nos rins e no fígado são os mais comuns), e externas (crescimentos de mamas e atrofia escrotal em homens, crescimento de pelos e agudez de voz em mulheres) (XAVIER, 2012).

Os suplementos alimentares e os anabolizantes são amplamente utilizados por praticantes de atividade física para melhoria no desempenho. Apesar dos anabolizantes serem utilizados ilegalmente, em contrapartida há uma nova tendência em utilizar adequadamente os suplementos alimentares como uma alternativa saudável e legal para “ativar” os mecanismos anabólicos do organismo (ARAÚJO et al., 2002). Porém para ser eficiente, a suplementação nutricional precisa suprir alguma carência de certos nutrientes ou exercer efeito farmacológico-fisiológico sobre o processo celular (ZEISEL, 2000).

A maioria dos indivíduos jovens que aderem a programas regulares de exercícios em academias tem grande preocupação estética que se resume ao aumento da força e massa muscular à custa do treinamento associado à suplementação (OLIVEIRA et al., 2006). Para Lollo e Tavares (2007) essa prática é uma maneira de alcançar os resultados mais rapidamente e potencializar os resultados. Simas (2014) alega que o principal motivo para a utilização de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos em frequentadores de academias é para fins estéticos (57,7% dos homens e 47,2% das mulheres). No estudo de Fontoura et al. (2009), o qual comparou o uso de suplementos em frequentadores de uma academia periférica e outra central, não observou-se diferença significativa no uso desses recursos entre os alunos das duas academias. Konflanz et al. (2014) relata que não houve diferença no consumo de anfetamínicos e anorexígenos entre escola pública e privada por estudantes de ambos os sexos do terceiro ano do ensino médio no Rio Grande do Sul. Segundo Araújo (2003), a prevalência do uso de anabolizantes em escolares do ensino médio no Distrito Federal foi maior na escola privada

(9,1%) que na pública (4,47%), sendo que maior parte dos usuários (7,17%) cursavam o terceiro ano.

Para Silva (2007), as maiores usuárias de anorexígenos (54,55%) de uma universidade paranaense, apresentam renda familiar superior a 7 salários mínimos. Um consumo maior foi notado nas idades de 21 a 29 anos, seguida de menor ou igual a 20 anos, período no qual as jovens sofrem grande influência da mídia em busca da conquista do corpo perfeito.

Diversos estudos verificaram que a prescrição de recursos ergogênicos vem sendo feita pelo educador físico e não pelos profissionais adequados (SIMAS, 2014; PAIVA et al. 2010; ARAÚJO, 2003). Segundo o Conselho Regional de Educação Física (CREF), essa prática é ilegal e se deve aos nutricionistas (no caso de suplementos nutricionais) e aos médicos (no caso de medicamentos).

### 2.3 O AMBIENTE ESCOLAR E A SUA IMPORTÂNCIA SOCIAL

A escola e a família constituem contextos privilegiados de interação e são determinantes enquanto fatores de formação (SIMÕES, 2001) e desenvolvimento da autoestima. As crianças e os jovens passam uma parte significativa do seu tempo na escola, e essa constitui-se em um local privilegiado para a sua socialização bem como para o seu processo de construção de identidade (SENOS, DINIZ, 1998).

A ação educativa é um processo regular desenvolvido em todas as sociedades humanas. Esse processo tem o objetivo de preparar os indivíduos em crescimento (crianças e adolescentes) para assumirem papéis sociais (vida coletiva, trabalho, comportamento justo, responsabilidade no uso de conhecimentos e habilidades) na sociedade em que vivem (RODRIGUES, 2001).

Samdal et al. (1998), sugerem que a percepção que os alunos têm da vida escolar influencia a sua percepção de bem-estar e adoção de comportamentos ligados à saúde. O tipo de escola está relacionado com o nível socioeconômico e é considerado uma variável de grande importância nos estudos de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes (PEREIRA et al., 2009).

Durante a adolescência, o ambiente escolar é um dos mais presentes na vida social dos jovens, sendo assim, é irrefutável que a maioria dos amigos estejam nesse ambiente. A pressão das amigas está entre os fatores que contribuem para a insatisfação com a imagem corporal (BERG et al., 2007). Sabendo que os amigos e a escola podem afetar os hábitos alimentares, a



saúde nutricional e a percepção do próprio corpo (PEREIRA et al., 2009), podendo assim levar à insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos (CARREIRA FILHO, 2005), é fundamental que haja um relacionamento equilibrado entre eles.

A participação e responsabilidade dos escolares pelo ambiente escolar, a relação com os professores e colegas e a continuidade entre a vida familiar e a escola estão incluídos no conceito de ambiente da escola (MATOS; CARVALHOSA, 2001). Então, para Matos e Carvalhosa (2001), as escolas são cenários privilegiados para abordar os adolescentes e implementar intervenções dirigidas à diminuição do sentimento de alienação e ao aumento da percepção de bem-estar, com benefícios para a saúde.

### **3 MATERIAIS E MÉTODO**

#### **3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO**

A presente pesquisa caracteriza-se quanto a sua natureza como aplicada, já que objetiva-se a geração de conhecimentos para aplicação prática. Quanto à abordagem, trata-se de um estudo quantitativo (RICHARDSON, 1989)

#### **3.2 LOCAL E PARTICIPANTES DO ESTUDO**

O estudo foi realizado em duas escolas da cidade de Florianópolis, sendo uma pública e uma privada. As escolas foram selecionadas intencionalmente, levando em consideração a vinculação administrativa (pública e privada). A escola pública é estadual, com ensino fundamental e médio, localizada na região continental de Florianópolis. A Escola particular apresenta ensino fundamental e médio e localiza-se na região central de Florianópolis. Os alunos do terceiro ano do ensino médio, de ambos os sexos, na faixa etária de 15 a 24 anos, foram convidados para participar do estudo.

#### **3.3 CRITÉRIO DE ELEGIBILIDADE**

##### **3.3.1 Critérios de inclusão**

Foram convidados a participar da pesquisa alunos do terceiro ano do ensino médio, de duas escolas da cidade de Florianópolis/SC (uma pública e uma privada), de ambos os sexos.

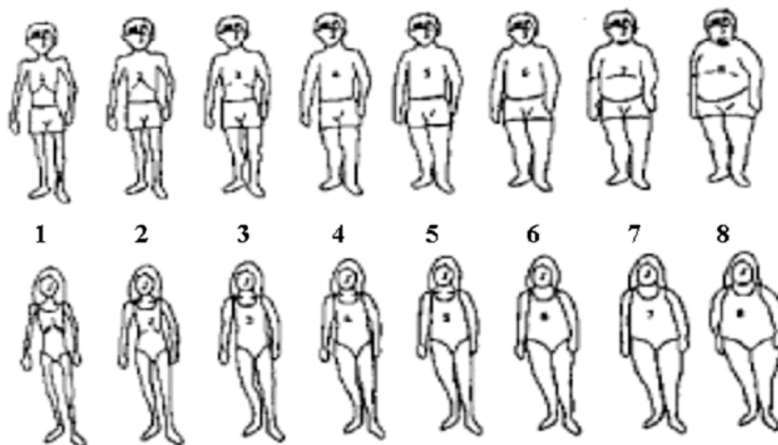
##### **3.3.2 Critérios de exclusão**

Alunos com idade não correspondente à faixa etária de 15 a 24 anos. Foram excluídos da pesquisa 3 alunos com 26, 38 e 51 anos. Alunos matriculados na escola e que não estavam frequentando as aulas regularmente também não participaram da pesquisa.

### 3.4 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

O instrumento de coleta de dados foi um questionário, no qual foram obtidas informações sociodemográficas, prática de atividade física, imagem corporal e recursos ergogênicos. Foi priorizada a linguagem acessível e, sempre que possível, a presença de questões de múltipla escolha, com o intuito de facilitar a leitura e interpretação dos dados. A respeito da prática de atividade física, as perguntas foram elaboradas pelo pesquisador, onde objetivou-se identificar a principal modalidade esportiva praticada pelos adolescentes fora da escola, bem como o tempo de prática da mesma.

A imagem corporal foi avaliada através da escala de silhuetas proposta por Adami et al. (2012) que consiste em uma sequência gradual de silhuetas corporais numeradas de 1 a 8, sendo que a silhueta 1 corresponde à magreza e a silhueta 8 à obesidade (Figura 1).



**Figura 1.** Silhuetas referentes à imagem corporal proposta por Adami et al. (2012).

A partir dessas imagens os alunos responderam as seguintes questões:

- Qual a figura que melhor representa a sua aparência física atual?
- Qual a figura que melhor representa a aparência que você gostaria de ter?
- Qual a figura que você considera ideal para o sexo oposto?

Perante o resultado da diferença entre os valores da silhueta real menos a silhueta ideal, foi determinado o desejo do adolescente em aumentar a silhueta (escore menor que zero), diminuir a silhueta (escore maior que zero), ou satisfação corporal (escore igual a zero). Subsequentemente, foi determinado a prevalência geral de insatisfação com a imagem corporal, que consistiu na soma dos escolares que desejavam aumentar e reduzir a silhueta corporal.

Com relação a parte de recursos ergogênicos, as questões foram elaboradas com base no questionário de Faraco (2013), afim de identificar os recursos ergogênicos utilizados pelos escolares, assim como o objetivo da utilização e a origem da indicação dos mesmos. Para fins de análise, foram categorizados dados das variáveis idade (de 15 até 17 anos e acima de 18) e tempo de prática de atividade física (até 6 meses, > 6 meses a 1 ano e mais de 1 ano).

### 3.5 VARIÁVEIS DO ESTUDO

O quadro abaixo apresenta as variáveis do estudo, as perguntas e as categorias derivadas (Quadro 1).

**Quadro 1.** Variáveis do estudo (continua).

<b>Variável</b>	<b>Questão</b>	<b>Categorias</b>
Sexo	Qual o seu sexo?	Masculino Feminino
Idade	Qual a sua idade?	15 – 17 ≥18
Atividade Física	Pratica alguma atividade física fora da escola?	Sim Não
Tipo de atividade física	Qual o principal tipo de atividade física que você pratica fora da escola?	Futebol Vôlei Musculação Ciclismo Skate Corrida Lutas Natação Outro
Tempo de prática	Há quanto tempo pratica essa atividade física de maneira regular?	Até 6 meses 6 meses a 1 ano Mais de 1 ano
Objetivo da atividade física	Qual o principal objetivo dessa atividade física?	Condicionamento físico Perda de peso Aumento da massa muscular Lazer Alto rendimento Saúde Outro

**Quadro 1.** Variáveis do estudo (continuação).

<b>Variável</b>	<b>Questão</b>	<b>Categorias</b>
Imagem corporal	Qual a figura que melhor representa a sua aparência física atual?	<1 Deseja aumentar a silhueta
	Qual a figura que melhor representa a aparência que você gostaria de ter?	0 Satisfeito (a)
	Escore = silhueta	>1 Deseja reduzir a silhueta
	Qual a figura que você considera ideal para o sexo oposto?	1 2 3 4 5 6 7 8
Recursos ergogênicos	Você já obteve alguma informação sobre recursos ergogênicos ou suplementos alimentares?	Sim Não
	Em caso afirmativo, qual o principal veículo de informação?	Revistas Médico Canais de vídeo Redes sociais Nutricionista Sites Lojas de suplementos Professor de academia Amigos
	Utilizaria alguma substância para deixar seu corpo como você deseja?	Sim Não
	Você já fez ou faz uso de algum suplemento alimentar?	Sim Não
	Quais suplementos alimentares você já utilizou?	Albumina Creatina Termogênicos Glutamina Hipercalóricos Pré treinos Aminoácidos BCAA Whey protein Cafeína L-carnitina Polivitaminicos Outro

**Quadro 1.** Variáveis do estudo (continuação).

<b>Variável</b>	<b>Questão</b>	<b>Categorias</b>
Recursos ergogênicos	Quem indicou o uso?	Vendedor Médico Amigos Professor da academia TV Ninguém Nutricionista Outro
	O que levou a utilização?	Recomendação médica Melhora no desempenho Influência da mídia Possíveis alterações estéticas Sugestão de alguém Outro
	Você já fez ou faz uso de medicamentos para ganhar ou perder peso?	Sim Não
	Quais medicamentos para ganhar ou perder peso você já utilizou?	Deca durabolin Sibutramina Durateston Deposteron Lipostabil Anfepramona Desobesi-m GH Cobavital Insulina Outro(s)
	Quem indicou o uso?	Vendedor Médico Amigos Professor da academia TV Ninguém Nutricionista Outro
	O que levou a utilização?	Recomendação médica Melhora no desempenho Influência da mídia Possíveis alterações estéticas Sugestão de alguém Outro

### 3.6 PROCEDIMENTOS PARA A COLETA DOS DADOS

A coleta de dados foi realizada de 15 a 30 de abril de 2015. Inicialmente foi feita a visita na escola pública e consulta à direção para solicitar autorização para a realização da pesquisa.

Foram convidados a participar da pesquisa 70 alunos de 5 turmas. Após assinada a autorização pelo representante da escola, o pesquisador informou os alunos sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa e depois encaminhou o termo de consentimento livre e esclarecido aos alunos menores de idade para que eles levassem aos responsáveis para a autorização. No dia seguinte foram aplicados os questionários na sala de aula, em horário de aula, pelo próprio pesquisador, com os alunos que trouxeram o termo de consentimento assinado pelo responsável. Os alunos maiores de 18 anos assinaram o termo de consentimento no dia da aplicação do questionário. Foram coletados dados de 57 alunos na escola pública.

Na escola particular procedeu-se à secretaria, onde foi solicitado um contato com a responsável pela direção para explicação da pesquisa e agendamento de um horário para a aplicação dos questionários. No dia de contato com a direção escolar, foram deixados sessenta termos de consentimento livre e esclarecido (número aproximado ao obtido na escola pública) para serem encaminhados aos escolares. Depois, foram deixados os questionários e as devidas orientações para aplicação dos mesmos, com a professora de Educação Física. Após contato por e-mail foram recolhidos 33 questionários respondidos por alunos de 3 turmas na escola. O pesquisador não teve contato com os alunos, por preferência da direção.

### 3.7 ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

Os dados coletados foram digitados em planilha do programa Microsoft Office Excel®, versão 2007. Para a análise dos dados, foi utilizado o pacote estatístico do programa SPSS for Windows – versão 22. A estatística do estudo foi descritiva e incluiu frequências absoluta e relativa (%), além de média, desvio padrão e amplitude dos dados. Para verificar a associação entre as variáveis, foi utilizado o teste qui-quadrado de Pearson, considerando-se nível de significância de 5%.

## 4 RESULTADOS

Foram convidados a participar do estudo 130 escolares. O estudo obteve um percentual de resposta de 69,3%. Os motivos de não participação no estudo foram a recusa (0,7%) e a não autorização dos pais (30%).

Foram coletados dados referentes a 92 alunos. Destes, cinco foram desconsiderados da análise em função de assinalarem mais de uma alternativa quando apenas uma delas era solicitada ( $n=2$ ) ou apresentarem idade superior a faixa etária alvo ( $n=3$ ).

A tabela a seguir apresenta a distribuição dos escolares conforme o tipo de escola, sexo e faixa etária. (Tabela 1)

**Tabela 1.** Distribuição absoluta e relativa referente ao tipo de escola, sexo e faixa etária do grupo de estudo. Florianópolis / SC, 2015.

Variável	Frequência absoluta ( $n$ )	Frequência relativa (%)
<b>Tipo de escola</b>		
Pública	54	62,1
Privada	33	37,9
<b>Sexo</b>		
Feminino	41	47,1
Masculino	46	52,9
<b>Faixa etária</b>		
15 a 17 anos	56	64,4
$\geq 18$ anos	31	35,6

A tabela a seguir mostra a distribuição dos alunos em relação ao tipo de escola e o sexo (Tabela 2).

**Tabela 2.** Distribuição dos adolescentes em relação ao sexo em cada escola. Florianópolis / SC, 2015.

Variável	Frequência absoluta ( $n$ )	Frequência relativa (%)
<b>Escola pública</b>		
Sexo masculino	37	68,5
Sexo feminino	17	31,5
<b>Escola particular</b>		
Sexo masculino	9	27,3
Sexo feminino	24	72,7

As características etárias dos participantes do estudo conforme o tipo de escola podem ser visualizadas na Tabela 3.



**Tabela 3.** Valor médio, desvio padrão, mínimo e máximo da variável idade de cada escola. Florianópolis / SC, 2015.

Variável	Média de idade (anos)	Desvio padrão	Valor mínimo	Valor máximo
Escola Pública	18,06	1,82	16	24
Escola Particular	16,27	0,67	15	17

Dentre todos os participantes da pesquisa, a maioria (77%;  $n=67$ ) relatou a prática de alguma atividade física extracurricular. As principais atividades físicas relatadas pelos participantes estão apresentadas na Tabela 4. Observou-se que as atividades físicas mais praticadas pelos escolares foram o futebol (24,1%) e a musculação (21,8%) (Tabela 4).

**Tabela 4.** Modalidades de atividades físicas praticadas pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015.

Tipo de atividade física	Frequência absoluta ( $n$ )	Frequência relativa (%)
Ciclismo	4	4,6
Corridas	9	10,3
Futebol	21	24,1
Lutas	4	4,6
Musculação	19	21,8
Natação	5	5,7
Skate	2	2,3
Vôlei	5	5,7
Outra (caminhada)	5	5,7

Dentre os alunos que praticam futebol, 52,4% ( $n=11$ ) são do sexo masculino. E na prática de musculação, também observou-se predomínio na participação de escolares do sexo masculino (52,6%,  $n=10$ ). (Dados não apresentados na Tabela 4).

O tempo de prática da principal atividade física praticada pelos adolescentes está descrito na tabela a seguir. Houve predomínio na participação em atividades físicas por um tempo superior a um ano (Tabela 5).

**Tabela 5.** Tempo de prática da principal atividade física praticada pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015.

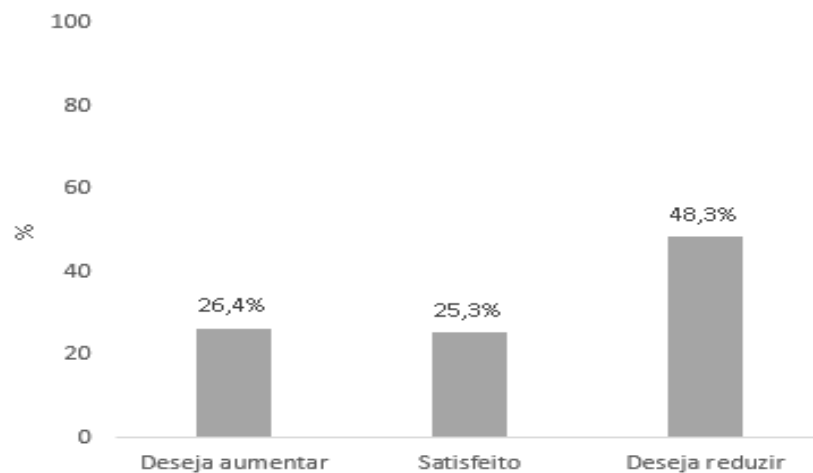
Tempo de prática de atividade física	Frequência absoluta ( $n$ )	Frequência relativa (%)
Até 6 meses	20	29,4
Mais de 6 meses até 1 ano	17	25,0
Mais de 1 ano	31	45,6

A tabela abaixo descreve o principal objetivo da prática de atividade física realizada fora da escola. A opção “saúde” foi a mais prevalente com 16,2%, seguida de “lazer” com 14,9%. Os alunos que marcaram a opção “Outros”, especificaram os seguintes motivos: graduação, obrigação, profissionalismo, sonho e trabalho (Tabela 6).

**Tabela 6.** Objetivo da prática de atividade física. Florianópolis / SC, 2015.

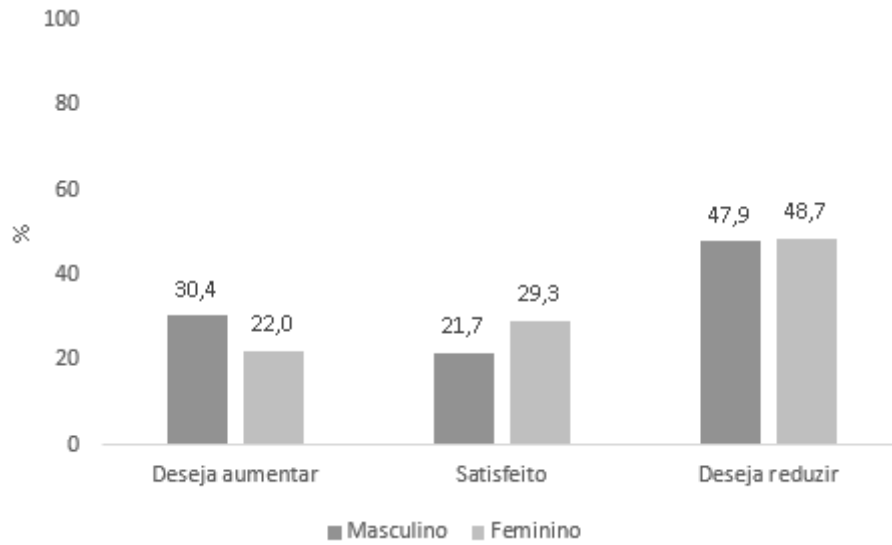
<b>Objetivo da prática de atividade física</b>	<b>Frequência relativa (%)</b>	<b>Frequência absoluta (n)</b>
Alto rendimento	8,0	07
Aumento da massa muscular	12,6	11
Condicionamento físico	8,0	07
Lazer	14,9	13
Perda de peso	10,3	09
Saúde	16,2	14
Outros	8,0	07

A prevalência de insatisfação corporal foi de 74,7% ( $n=65$ ). O gráfico abaixo (Figura 2) retrata a insatisfação com a imagem corporal, especificando a satisfação, desejo de aumentar ou reduzir a silhueta corporal (Gráfico 1). A proporção de alunos que desejam reduzir a silhueta corporal foi maior (48,3%).



**Figura 2.** Insatisfação com a imagem corporal. Florianópolis / SC, 2015.

A prevalência de insatisfação no sexo masculino foi de 78,2% ( $n=36$ ) e no sexo feminino foi de 70,8% ( $n=29$ ). O gráfico a seguir mostra a insatisfação com a imagem corporal entre os sexos bem como a satisfação ou desejo de aumentar ou reduzir a silhueta corporal (Figura 3).



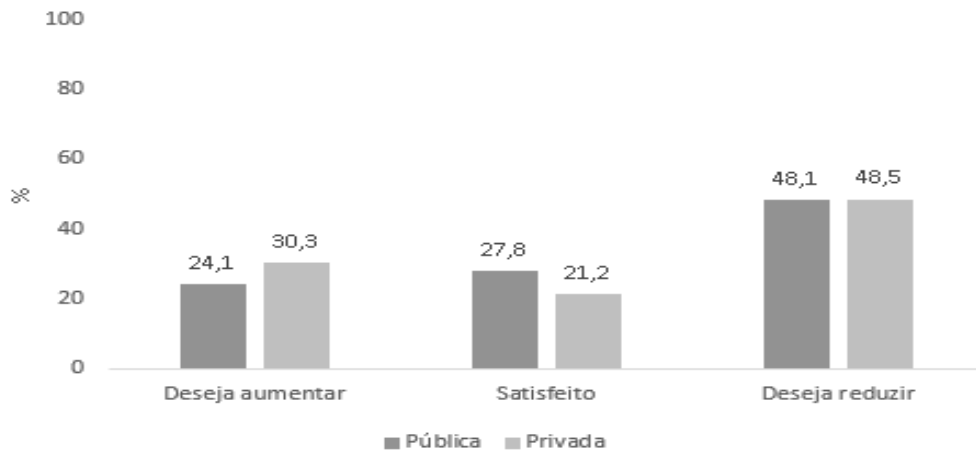
**Figura 3.** Distribuição dos adolescentes de acordo com as categorias de imagem corporal. Florianópolis / SC, 2015.

A tabela abaixo descreve os valores de tendência central e variabilidade da silhueta ideal para o sexo oposto (Tabela 7).

**Tabela 7.** Silhueta ideal para o sexo oposto. Florianópolis / SC, 2015.

Opinião	Valor médio	Desvio padrão	Moda	Valor Mínimo	Valor máximo
Geral	3,0	0,74	3	1	5
Masculina	3,02	0,88	3	1	5
Feminina	2,97	0,54	3	2	4

A prevalência de insatisfação corporal na escola pública foi de 72,2% (n=39) e na escola privada foi de 78,8% (n=26). O gráfico abaixo mostra a distribuição das categorias de insatisfação corporal de acordo com o tipo de escola (Figura 4).



**Figura 4.** Distribuição da insatisfação com a imagem corporal de acordo com o tipo de escola. Florianópolis / SC, 2015.

Ao analisar a associação entre as variáveis imagem corporal e tipo de escola por meio do teste Qui-quadrado de Pearson, não se observou associação entre essas variáveis ( $p=0,72$ ;  $X^2 = 0,65$ ).

Dentre os participantes da pesquisa, a maioria 64,4% ( $n=56$ ) conhece algum tipo de recurso ergogênico. Com relação ao uso de algum suplemento alimentar, 32,2% ( $n=28$ ) relataram o uso, sendo 29,6% ( $n=16$ ) da escola pública e 36,4% ( $n=12$ ) da escola privada. Dentre eles a maioria está na faixa etária de 15 a 17 anos (78,6%,  $n=22$ ) e essa associação foi estatisticamente significativa ( $p=0,05$  e  $X^2= 3,63$ ), mostrando que a proporção de alunos que faz uso de suplemento é maior naqueles de 15 a 17 anos, comparado àqueles com 18 anos ou mais.

A tabela abaixo mostra a principal fonte de informação a respeito de recursos ergogênicos (Tabela 8). A opção mais citada foi “professor de academia” e “nutricionista” com 16,1% ( $n=14$ ).

**Tabela 8.** Origem da informação sobre recursos ergogênicos. Florianópolis / SC, 2015.

Fonte da informação	Frequência absoluta ( $n$ )	Frequência relativa (%)
Canais de vídeo	1	1,1
Lojas de suplementos	4	4,6
Médico	3	3,4
Nutricionista	14	16,1
Professor de academia	14	16,1
Redes sociais	4	4,6
Revistas	3	3,4
Sites	8	9,2
Outros	5	5,7

Quando perguntado aos escolares sobre a possibilidade de utilizarem alguma substância para deixar o corpo como desejavam, 40,2% ( $n=35$ ) responderam que sim, sendo que 31,4% deles ( $n=11$ ) não conhecem e 68,5% ( $n=24$ ) tem algum conhecimento sobre recursos ergogênicos. Dentre os que utilizariam, 35,2% ( $n=19$ ) são da escola pública e 48,5% ( $n=16$ ) da escola privada. Não houve associação entre o uso de recursos ergogênicos nutricionais e o tipo de escola ( $p=0,51$  e  $X^2=0,42$ ).

**Tabela 9.** Distribuição dos participantes do estudo em relação ao uso de suplementos de acordo com o tipo de escola. Florianópolis/SC, 2015.

Tipo de escola	Uso de suplementos	
	Utiliza % (n)	Não utiliza % (n)
Escola pública	57,1 (16)	64,4 (38)
Escola privada	42,9 (12)	35,6 (21)

A Tabela 10 descreve os principais suplementos alimentares utilizados pelos alunos. O suplemento mais utilizado é o Whey protein com 67,9% ( $n=19$ ) seguido de creatina e BCAA com 39,3% ( $n=11$ ).

**Tabela 10.** Suplementos alimentares utilizados pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015.

Suplementos	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)
Albumina	01	3,6
Aminoácidos	01	3,6
BCAA	11	39,3
Cafeína	03	10,7
Creatina	11	39,3
Glutamina	04	14,3
Hiperclórico	03	10,7
L carnitina	0	0,0
Polivitamínico	0	0,0
Pré-treino	07	25,0
Termogênicos	04	14,3
Whey protein	19	67,9
Outros	02	7,1

A próxima tabela informa a fonte de indicação para o consumo dos suplementos alimentares (Tabela 11). O principal indicador foi o nutricionista com 42,7% ( $n=12$ ) seguido do professor de academia com 17,9% ( $n=5$ ).

**Tabela 11.** Indicação do suplemento alimentar. Florianópolis / SC, 2015.

<b>Fonte de Indicação</b>	<b>Frequência absoluta (n)</b>	<b>Frequência relativa (%)</b>
Amigos	3	10,7
Médico	1	3,6
Nutricionista	12	42,7
Ninguém	4	14,3
Professor de academia	5	17,9
TV	1	3,6
Vendedor	1	3,6
Outro	1	3,6

A tabela 12 relata os motivos para o consumo de suplementos alimentares. Embora metade dos usuários (50,1%,  $n=14$ ) de suplementos alimentares não responderem a questão, os motivos mais citados para o consumo de suplementos alimentares foi o de “melhora no desempenho”(21,4%,  $n=6$ ) seguido de “sugestão de alguém” (14,3%,  $n=4$ ).

**Tabela 12.** Motivo para o uso de suplemento alimentar. Florianópolis / SC, 2015.

<b>Motivo para uso de suplemento alimentar</b>	<b>Frequência absoluta (n)</b>	<b>Frequência relativa (%)</b>
Influência da mídia	2	7,1
Melhora no desempenho	6	21,4
Possíveis alterações estéticas	2	7,1
Recomendação médica	0	0,0
Sugestão de alguém	4	14,3
Outro	0	0,0
Não responderam	14	50,1

Com relação ao uso de medicamento para aumentar ou perder peso, 11,1% ( $n=6$ ) relataram o uso, sendo todos da escola pública. Não houve associação no teste qui-quadrado ( $p= 0,90$  e  $X^2=0,01$ ) entre o uso de medicamentos e a faixa etária. Contudo, observou-se que, dentre os usuários de medicamento, 66,7% estão na faixa etária de 15 a 17 anos.

A Tabela 13 apresenta os medicamentos utilizados com o intuito de aumentar ou diminuir a massa corporal. O medicamento mais utilizado foi a anfepramona (7,1%,  $n=2$ ).

**Tabela 13.** Medicamentos utilizados pelos alunos. Florianópolis / SC, 2015.

<b>Medicamentos</b>	<b>Frequência absoluta (n)</b>	<b>Frequência relativa (%)</b>
Anfepramona	2	7,1
Cobavital	0	0,0
Deca durabolin	1	3,6
Deposteron	1	3,6
Desobesi-m	0	0,0
Durateston	1	3,6
GH	0	0,0
Insulina	0	0,0
Lipostabil	0	0,0
Sibutramina	0	0,0
Outro (Franol)	1	3,6

No que se refere aos motivos para o uso de medicamentos, 33% ( $n=2$ ) responderam “influência da mídia” seguido de “possíveis alterações estéticas” (16,3%,  $n=1$ ) “melhora no desempenho” (16,3%,  $n=1$ ) e “recomendação médica” (16,3%,  $n=1$ ). O restante dos que utilizam algum tipo de medicamento não responderam a questão, correspondente a 16,3% ( $n=1$ ). Dentre os alunos que utilizam algum medicamento, 50% ( $n=3$ ) marcaram como indicação a opção “ninguém” e os demais 50% ( $n=3$ ) não responderam a questão.

## 5 DISCUSSÃO

O presente estudo buscou analisar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos em alunos do terceiro ano do ensino médio de uma escola pública e uma privada, bem como identificar os principais recursos utilizados, os objetivos do uso e a origem da indicação.

Os achados apontaram para uma alta prevalência de insatisfação corporal nos estudantes (74,7%). Em ambos os sexos, o desejo de reduzir a silhueta foi maior. A proporção de adolescentes que desejam aumentar a silhueta é maior no sexo masculino (30,4%) que no feminino (22,0%). A insatisfação corporal não apresentou associação quando comparado ao tipo de escola. Além disso, a maioria dos participantes relatou ter algum conhecimento a respeito de recursos ergogênicos, contudo aproximadamente um terço deles (32,2%) utilizam algum suplemento alimentar e o uso de medicamento ficou restrito a 11,1% dos adolescentes.

O resultado referente à alta prevalência de insatisfação corporal nos estudantes (74,7%) é similar ao estudo de Graup et al. (2008), no qual 67% dos adolescentes de escolas públicas e privadas de Florianópolis relataram desejar aumentar ou reduzir a silhueta corporal. Fidelix et al. (2011) encontraram prevalência de insatisfação corporal de 56,6% em escolares de 14 a 17 anos na cidade Januária/MG.

Quando comparado a insatisfação corporal entre os sexos, a prevalência de insatisfação corporal no sexo masculino foi de 78,3% e no feminino de 70,7%. Valor aproximado foi encontrado por Adami et al. (2008), em que 69% dos meninos e 76,7% das meninas estavam insatisfeitos com o corpo na região continental de Florianópolis. Pelegrini (2008), ao verificar a prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes, constatou valores de 72,6% para o sexo masculino e 61,8% para o feminino nas escolas da rede pública de Florianópolis. Dumith et al. (2012) verificaram que 51,0% dos meninos e 65,6% das meninas de 14 a 15 anos da cidade de Pelotas/RS estavam insatisfeitos com a imagem corporal. Em ambos os sexos o desejo de reduzir a silhueta corporal foi maior, 47,9% para o masculino e 48,7% para o feminino. A proporção dos adolescentes que desejam aumentar a silhueta corporal é maior no sexo masculino (30,4%) que no feminino (22,0%). De modo geral, uma alta prevalência de insatisfação corporal atinge ambos os sexos e é um problema que merece atenção.

Embora alguns estudos relatem que exista uma maior insatisfação corporal em níveis econômicos mais altos (PEREIRA et al., 2009; WANG, 2005), a presente pesquisa não



observou essa diferença. O fato de não haver associação entre a insatisfação com a imagem corporal e o tipo de escola, mostra que essa questão atinge tanto os adolescentes da escola pública quanto os da privada, o que sugere que o uso de recursos ergogênicos para a modificação da imagem corporal é suscetível em ambas as realidades escolares.

Dentre os escolares que participaram do estudo, 32,2% deles utilizam algum suplemento alimentar, resultado similar ao encontrado por Simas (2014), em que 38,9% dos alunos adultos de academias de ginástica de Florianópolis realizam o uso de algum suplemento. Paiva et al. (2010) relatou consumo de recursos ergogênicos nutricionais de 21% em adolescentes praticantes de atividades física em Muriaé/MG.

Quanto ao uso de medicamentos, 11,1% dos escolares relatam o consumo, resultado semelhante ao de Carreira Filho (2005), que verificou 13,5% de utilização de medicamentos e anabolizantes com o intuito de modelagem corporal por adolescentes de 14 a 18 anos em São Caetano do Sul/SP. Silva e Mella (2007) mostraram um consumo de 12,9% de fármacos emagrecedores em universitárias de Maringá/PR. Araújo (2003) relata prevalência de 5,4% para o uso de anabolizantes por adolescentes do Distrito Federal. Em Santo Ângelo/RS, Konflanz et al. (2014) constatou 2,5% de utilização de anorexígenos e anfetamínicos por escolares. No geral, o uso desse tipo de medicamento tende a aumentar conforme a exposição do corpo se intensifica, já que o grande desejo dos usuários é de serem reconhecidos pela imagem corporal que construíram.

O principal suplemento utilizado foi Whey protein (67,9%), seguido de BCAA (39,3%) e creatina (39,3%), a principal fonte de indicação foi o nutricionista (42,7%), seguido do professor de academia (17,9%). O principal motivo para a utilização de suplementos alimentares foi melhora no desempenho (21,4%) seguido de sugestão de alguém (14,3%). Em 2009, o Ministério da Saúde informou que a maioria dos usuários de suplementos nutricionais, em academias de São Paulo, recebem orientação do educador físico. O Conselho Regional de Educação Física (CREF) garante que essa prática é ilegal e de responsabilidade do nutricionista (CONFEF/CREF, 2009), que verificará a real inadequação alimentar do indivíduo para a prescrição destes suplementos nutricionais.

No que se refere ao uso de medicamentos, o mais citado foi o anorexígeno anfepramona (7,1%), seguido do broncoespaasmolítico Franol (3,6%) e dos anabolizantes Deca Durabolin (3,6%), Deposteron (3,6%) e Durateston (3,6%). O motivo mais citado para o uso desses medicamentos foi influência da mídia (33%). Apesar desses resultados, a maioria dos participantes não respondeu o motivo da utilização de suplementos alimentares ou

medicamentos. O uso de suplementos não apresentou associação com o tipo de escola, entretanto todos os participantes que utilizam algum medicamento são da escola pública, resultado que difere do encontrado por Araújo (2003), onde a prevalência para o uso de anabolizantes foi maior entre alunos de escolas particulares.

Considerando que a segunda atividade física mais praticada foi a musculação, o objetivo mais citado para a prática de atividade física foi a saúde, e sabendo que o motivo para uso dos suplementos de maior destaque foi melhora no desempenho, sugere-se que a maioria dos praticantes de musculação estejam utilizando suplementos alimentares como uma alternativa saudável. Em contrapartida, o objetivo com o uso de medicamentos pode ter uma relação com a influência da mídia e das possíveis alterações estéticas, mostrando que quem os utiliza busca um resultado mais rápido, porém menos saudável.

A pesquisa revelou que os jovens utilizariam algum recurso ergogênico para alcançar o objetivo corporal, até mesmo os que não tem conhecimento sobre eles. O fato do profissional de educação física ser a segunda fonte de indicação dos recursos ergogênicos também deve ser levado em consideração. Araújo (2003) verificou que 39,2% da indicação de anabolizantes era feita por colegas ou amigos. Simas (2014) relatou que dentre os usuários de suplementos e anabolizantes que recebem acompanhamento profissional, aproximadamente 40% é feito pelo profissional de educação física. Embora esse profissional tenha algum conhecimento básico sobre o tema, a indicação dos mesmos não é de competência dele, sendo assim, ele deveria orientar o aluno a procurar o profissional adequado, um médico ou nutricionista.

Ao analisar a hipótese inicial, de que pessoas com maior poder aquisitivo realizem maior consumo de recursos ergogênicos afim de alcançar o físico desejado, verificou-se que a mesma não foi confirmada, já que o consumo de suplementos foi similar entre as escolas. Entretanto, o fato do consumo de medicamentos ser integralmente na escola pública sugere diferentes interpretações. Pode-se considerar que exista uma maior facilidade de obtenção de drogas e medicamentos na escola pública, ou que os alunos da escola privada estejam mais esclarecidos a respeito do uso de medicamentos e sejam mais apreensivos quanto aos riscos da utilização. Outra hipótese é que desconsiderando os efeitos colaterais e se preocupando apenas em alcançar o físico ideal, a relação custo x resultado do uso dos medicamentos é financeiramente mais compensatória que a dos suplementos alimentares.

A pesquisa contou como limitações / pontos negativos, uma pequena amostra da realidade, pois houve a participação de apenas duas escolas, e talvez os alunos que realizem o uso de medicamentos tenham omitido informações, afim de evitar exposição. A carência de

pesquisas relacionando a insatisfação com a imagem corporal em conjunto com uso de recursos ergogênicos também contribuiu com a relevância do estudo.

O trabalho mostrou-se academicamente relevante, já que o tema abordado é consequente da crescente preocupação com a estética, uma questão que vem afetando grande parte da população. Como sugestão aos próximos trabalhos, ressalta-se a necessidade de uma pesquisa analisando uma população maior, a fim de se ter uma ideia de maior legitimidade do problema.

## **6 CONCLUSÕES**

Por fim, conclui-se que a crescente insatisfação com a imagem corporal faz com que os jovens busquem métodos mais eficientes na construção do corpo desejado. Apesar desses jovens representarem uma pequena parcela da realidade, não se descarta a necessidade de intervenções com o intuito de informa-los sobre os riscos dos recursos ergogênicos. Além disso, é necessária a conscientização de que o exercício físico é fundamental para a saúde, e que o resultado estético deve ser consequência da prática de exercícios.

## REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M.; PHILIPPI, S.; LOURENÇO, B. H.; SATO P. M.; SCAGLIUSI F. Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 44-51, 2010.

ALVES, E.; VASCONCELOS, F. A. G.; CALVO, M. C. M.; NEVES, J. Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 3, p. 503-512, 2008.

ANNUNZIATO, R. A.; LEE, J. N.; LOWE, M. R. A comparison of weight-control behaviors in African American and Caucasian women. **Journal Ethnicity Disease**, v. 17, n. 2, p. 262-267, 2007.

AOKI, M. S.; BACURAU, R. F. P. **Suplementação nutricional para indivíduos ativos**. São Paulo: Fortuna, 2003.

ARAÚJO, J. P. Uso de esteroides androgênicos anabolizantes entre estudantes do ensino médio no Distrito Federal. **Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-graduação strictu sensu em Educação Física**, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2003.

ARRAIS, P. S. D.; BRITO, L. L.; BARRETO, M. L.; COELHO H. L. Prevalência e fatores determinantes do consumo de medicamentos no Município de Fortaleza, Ceará, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 6, p. 1737-1746, 2005.

BAUS, J.; KUPEK, E.; PIRES, M. Prevalência e fatores de risco relacionados ao uso de drogas entre escolares. **Revista Saúde Pública**, v. 36, n. 1, p. 40-46, 2002

BENEDETTI, T. B.; PETROSKI, E. L.; GONÇALVES, L. T. Exercícios físicos, autoimagem e autoestima em idosos asilados. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 5, n. 2, p. 69-74, 2003.

BRANCO, L. M.; HILARIO, M. O. E.; CINTRA, I. P. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 33, n. 6, p. 292-296, 2006.

CAMPAGNA, V. N.; SOUZA, A. S. L. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. **Boletim de Psicologia**, v. 56, n. 124, p. 9-35, 2006.

COQUEIRO R.; PETROSKI E. L.; PELEGRINI A.; BARBOSA A. R. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. **Revista de Psiquiatria**, Rio Grande do Sul, v. 30, n. 1, p. 31-38, 2008.

DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**. 5 ed, Rio de Janeiro: Shape, 2003.

CARREIRA FILHO, D. Prevalência do uso de substâncias químicas com objetivo de modelagem corporal entre adolescentes de 14 a 18 anos, de ambos os sexos, do município de São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil, 2003. **Dissertação (Doutorado em Saúde da Criança) - Pós-Graduação da Faculdade de Ciências Médicas**, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

FLEITLICH, B. O papel da imagem corporal e os riscos de transtornos alimentares. **Pediatria Moderna**, v. 32, n. 1-2, p. 56-62, 1997.

FONTOURA, J. S.; ECHEVERRIA, L. C.; LIBERALI, R. Comparação do consumo de suplementos alimentares entre frequentadores de uma academia central e outra da periferia de uma cidade da região metropolitana de porto alegre/RS. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 3, n. 15, p. 249-263, 2009.

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**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 129-136, 2013.

KONFLANZ, K. L.; DALLAGNOL, B. G.; SILVA, J. F. M. Uso de anfetamínicos e anorexígenos por estudantes do terceiro ano do ensino médio no município de Santo Ângelo. **Saúde (Santa Maria)**, Santa Maria. v. 40, n. 2, p. 81-86, 2014.

LEPARGNEUR, H. **Consciência, Corpo e Mente**. Campinas: Papirus, 1999.

LOLLO, P. C. B.; TAVARES, M. C. G. Cunha F. Perfil dos consumidores de suplementos dietéticos nas academias de ginástica de Campinas, SP. **Revista Digital** Disponível: <[www.efdeportes.com/efd76/supl.htm](http://www.efdeportes.com/efd76/supl.htm)> Acesso em 12 de Abril de 2015.

MARTINS, C. R. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes. **Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-graduação em Educação Física**, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

MATOS, M.; CARVALHOSA, S. A saúde dos adolescentes: ambiente escolar e bem-estar; **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 2, n. 2, p. 43-53, 2001.

NETO, T. L. B. A Controvérsia dos Agentes Ergogênicos: Estamos Subestimando os Efeitos Naturais da Atividade Física? **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia Metabólica**, v. 45, n. 2, p. 121-122, 2001.

PAIVA, D. C. S.; FÉLIX, A. C. F.; NOGUEIRA, C. R.; LEITE A. L. R.; SOUZA F. S.; DUARTE M. S. L.; COSTA J. A. Padrão alimentar, perfil antropométrico, indicação e uso de recursos ergogênicos por adolescentes praticantes de atividade física em academias na cidade de Muriaé (MG). **Revista Científica da FAMINAS**, v. 5, p. 77-94, 2011.

PALUDO, A.; PELEGRINI, A.; GRESPAN, F.; CALDEIRA A.; MADUREIRA A.; SERASSUELO H. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes: prevalência e associação com o estado nutricional. **ConScientiae Saúde**, v. 10, n. 1, p. 143-149, 2011.

PEREIRA, E. F.; GRAUP, S.; LOPES, A. S.; BORGATTO A. F.; DARONCO L. S. Percepção da imagem corporal de crianças e adolescentes com diferentes níveis socioeconômicos na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 9, p. 253-262, 2009.

PETROSKI, E.L.; PELEGRINI, A.; GLANER, M. F. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 17, n. 4, p. 1071-1077, 2012

RODRIGUES, N. Educação: da formação humana à construção do sujeito ético; **Educação & Sociedade**, v. 22, n. 76. p. 232-257, 2001.

SAMDAL, O.; NUTBEAM, D.; WOLD, B.; KANNAS, L. Achieving health and educational goals through schools – A study of the importance of the school climate and the students' satisfaction with school. **Health Education Research**, v. 13, n. 3, p. 383-397, 1998

SENOS, J.; DINIZ, T. Autoestima, resultados escolares e indisciplina. Estudo exploratório numa amostra de adolescentes. **Análise Psicológica**, v. 2, n. 16, p. 267-276, 1998.

SILVA, L. S. M. F.; MOREAU, R. L. M. Uso de esteróides anabólicos androgênicos por praticantes de musculação de grandes academias da cidade de São Paulo. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, São Paulo, v. 39, n. 2, p. 327- 333, 2003.

SILVA, M. C.; MELLA E. A. C. Avaliação do uso de anorexígenos entre acadêmicas de uma instituição de ensino superior em Maringá, PR. **Arquivo Ciência e Saúde Unipar**, v. 12, n. 1, p. 43-50, 2008.

SIMAS, F. E. Influência dos profissionais da saúde na utilização de suplementos alimentares e/ou anabolizantes por alunos de academias de ginástica da região da grande Florianópolis-SC. **Dissertação (Bacharelado em Educação Física) – Curso de Educação Física**, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.

SIMÕES, M. **O interesse do autoconceito em educação**. Lisboa: Plátano. 2001.

TAVARES, M. C. C. **Imagem Corporal: Conceito e Desenvolvimento**. São Paulo: Manole. 2003.

VILELA, J.; LAMOUNIER, J.; DELLARETTI, M. A.; BARROS NETO J.R.; HORTA G. M. Transtornos alimentares em escolares. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 1, p. 49-54, 2004

VILELA, J.; LAMOUNIER, J.; OLIVEIRA, R.; RIBEIRO R.; GOMES E.; BARROS NETO J. Avaliação do comportamento alimentar em crianças e adolescentes de Belo Horizonte. **Psiquiatria Biológica**, v. 9, p. 121-130, 2001.

XAVIER, E. Os benefícios dos recursos ergogênicos na prática de atividade física. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Disponível em: <[www.efdeportes.com/efd164/recursos-ergogenicos-na-atividade-fisica.htm](http://www.efdeportes.com/efd164/recursos-ergogenicos-na-atividade-fisica.htm)> Acessado em Abril de 2015.

WANG, Z.; BYRNE, N. M.; KENARDY, J. A.; HILLS A. P. Influences of ethnicity and socioeconomic status on the body dissatisfaction and eating behaviour of Australian children and adolescents. **Eat Behavior**, v. 6, p. 23-33, 2005.



## APÊNDICES

### Apêndice A – Solicitação de Autorização Para Pesquisa Científica



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
GUSTAVO A. C. S. RIBEIRO



#### SOLICITAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO PARA PESQUISA CIENTÍFICA

Venho por meio desta, solicitar autorização para realização de pesquisa científica, cujo tema é "INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS ERGOGENICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLOGICOS ENTRE ALUNOS DO ENSINO MEDIO DE ESCOLAS PUBLICA E PRIVADA DE FLORIANOPOLIS". A pesquisa tem como objetivo geral identificar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos entre alunos do ensino médio de escolas pública e privada de Florianópolis. A metodologia da pesquisa consiste em aplicação de questionário com os alunos devidamente autorizados pelos pais e que estejam presentes na data da pesquisa.

Eu..... abaixo assinado, responsável pela(o)....., autorizo a realização do estudo NIVEL DE INSATISFAÇÃO CORPORAL ENTRE ESCOLARES DO 3º ANO DO ENSINO MEDIO E O USO DE SUBSTANCIAS MODELADORAS CORPORAIS, a ser conduzido pelos pesquisadores abaixo relacionados. Fui informado pelo responsável do estudo sobre as características e objetivos da pesquisa, bem como das atividades que serão realizadas na instituição a qual represento.

Esta instituição está ciente de suas corresponsabilidades como instituição coparticipante do presente projeto de pesquisa e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem-estar.

Florianópolis, ..... De ..... de 2015

\_\_\_\_\_  
Assinatura e carimbo do responsável institucional

LISTA NOMINAL DE PESQUISADORES:

\_\_\_\_\_

## Apêndice B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



Universidade Federal de Santa Catarina  
Centro de Desportos



### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

#### Senhores pais ou responsáveis

Este termo tem o objetivo de solicitar a sua autorização para que o seu(a) filho(a) participe da pesquisa "INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS ENTRE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS". Esse estudo faz parte do trabalho de conclusão de curso. A pesquisa tem como objetivo geral identificar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos entre alunos do ensino médio de escolas pública e privada de Florianópolis. A metodologia da pesquisa consiste em aplicação de questionário com os alunos devidamente autorizados pelos pais e que estejam presentes na data da pesquisa.

No questionário, serão solicitadas as seguintes informações:

- Dados sociodemográficos:** sexo, idade, prática de atividade física
- Imagem corporal:** Escala de silhuetas corporais (na qual os alunos devem identificar a silhueta atual e ideal).
- Recursos ergogênicos:** utilização de suplementos alimentares e medicamentos, objetivos do uso, uso orientado pelo profissional adequado

#### Fica antecipadamente garantido que:

- Somente participarão da pesquisa os alunos das turmas de 3º ano do ensino médio que aceitarem participar, após serem esclarecidos sobre todos os procedimentos que serão realizados e cujos pais autorizarem a sua participação, devendo assinar este termo de consentimento livre e esclarecido;
- Não haverá nenhum custo aos participantes do estudo;
- Os nomes dos participantes do estudo não serão divulgados, assegurando-se o caráter confidencial das informações obtidas para esta pesquisa;
- Os procedimentos referentes a esta pesquisa não apresentam nenhum risco à integridade física dos participantes;

Concordando com o que foi exposto acima, autorizo o(a) aluno(a) sob minha responsabilidade a participar da pesquisa.

\_\_\_\_\_  
Nome do(a) aluno(a)

\_\_\_\_\_  
Assinatura do(a) aluno(a)

\_\_\_\_\_  
Nome do pai, mãe ou responsável

\_\_\_\_\_  
Assinatura do pai, mãe ou responsável

Florianópolis - SC, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2015.

#### Declaração do pesquisador

Declaro, para fins da realização da pesquisa, que cumprei todas as exigências acima, na qual obtive de forma apropriada e voluntária, o consentimento livre e esclarecido do declarante acima.

\_\_\_\_\_  
Gustavo A.C.S. Ribeiro

**Agradeço a colaboração!**  
Gustavo A.C.S. Ribeiro

## Apêndice C – Questionário para a Coleta de Dados



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
GUSTAVO A.C.S. RIBEIRO



O questionário a seguir faz parte de um trabalho de conclusão de curso. O tema é **“INSATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL E USO DE RECURSOS ERGOGÊNICOS NUTRICIONAIS E FARMACOLÓGICOS ENTRE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLAS PÚBLICA E PRIVADA DE FLORIANÓPOLIS”**. a pesquisa tem como objetivo geral identificar a insatisfação com a imagem corporal e o uso de recursos ergogênicos nutricionais e farmacológicos entre alunos do ensino médio de escolas pública e privada de Florianópolis. Solicito sinceridade nas suas respostas, lembrando que o anonimato será preservado e a sua resolução é de livre e espontânea vontade.

### QUESTIONÁRIO PARA A COLETA DE DADOS

**1. Qual o seu Sexo?**

Masculino       Feminino

**2. Qual a sua Idade? \_\_\_\_\_ anos**

**3. Pratica alguma atividade física fora da escola?**

sim    não

**4. Qual o principal tipo de atividade física que você pratica fora da escola?**

futebol    vôlei    musculação    ciclismo    skate  
 corrida    lutas    natação    outra \_\_\_\_\_

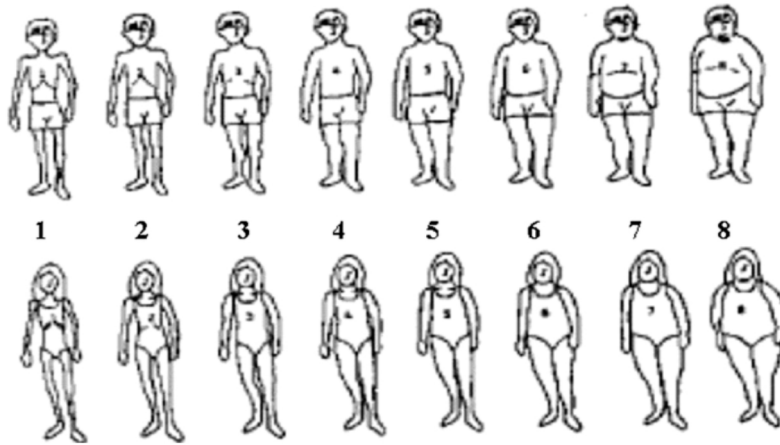
**5. Há quanto tempo pratica essa atividade física de maneira regular?**

1 mês       3 meses    6 meses    9 meses    1 ano  
 1 ano e meio    2 anos    3 anos ou mais

**6. Qual o principal objetivo dessa atividade física?**

condicionamento físico       perda de peso  
 aumento da massa muscular    lazer  
 alto rendimento       saúde  
 outra \_\_\_\_\_

7. Observe as figuras abaixo e responda as perguntas marcando com um “X” no número que corresponde à sua resposta.



- a) Qual a figura que melhor representa a sua aparência física atual?  
 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8)
- b) Qual a figura que melhor representa a aparência que você gostaria de ter?  
 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8)
- c) Qual a figura que você considera ideal para o sexo oposto?  
 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8)
8. Você já obteve alguma informação sobre recursos ergogênicos ou suplementos alimentares?  
 ( ) sim ( ) não
- a) Em caso afirmativo, qual o principal veículo de informação?  
 ( ) revistas ( ) médico ( ) canais de vídeo  
 ( ) redes sociais ( ) nutricionista ( ) sites  
 ( ) lojas de suplementos ( ) professor de academia ( ) amigos
9. Utilizaria alguma substância para deixar seu corpo como você deseja?  
 ( ) sim ( ) não
10. Você já fez ou faz uso de algum suplemento alimentar?  
 ( ) sim ( ) não

Caso tenha respondido que faz consumo na questão anterior, responda as questões a, b e c:

- a) Quais suplementos alimentares você já utilizou?

- ( ) albumina ( ) creatina ( ) termogênicos  
 ( ) glutamina ( ) hipercalóricos ( ) pré treinos  
 ( ) aminoácidos ( ) BCAA ( ) whey protein  
 ( ) cafeína ( ) L-carnitina ( ) polivitaminicos  
 ( ) Outro(s): \_\_\_\_\_

**b) Quem indicou o uso?**

- vendedor                     médico  
 amigos                         professor da academia  
 tv                                  ninguém  
 nutricionista                 outro \_\_\_\_\_

**c) O que levou a utilização?**

- recomendação médica  
 melhora no desempenho  
 influência da mídia  
 possíveis alterações estéticas  
 sugestão de alguém  
 outro \_\_\_\_\_

**11. Você já fez ou faz uso de medicamentos para ganhar ou perder peso?**

- sim                     não

**Caso tenha respondido que faz consumo na questão anterior, responda as questões a, b e c:**

**a) Quais medicamentos para ganhar ou perder peso você já utilizou?**

- deca durabolin                     sibutramina                     durateston  
 deposteron                         lipostabil                         anfepramona  
 desobesi-m                         GH                                  cobavital  
 insulina                             outro(s) \_\_\_\_\_

**b) Quem indicou o uso?**

- vendedor                     médico  
 amigos                         professor da academia  
 tv                                  ninguém  
 nutricionista                 outro \_\_\_\_\_

**c) O que levou a utilização?**

- recomendação médica  
 melhora no desempenho  
 influência da mídia  
 possíveis alterações estéticas  
 sugestão de alguém  
 outro \_\_\_\_\_