

Percepção da imagem corporal em trabalhadores rurais

Perception of body image in rural workers

Analie Nunes Couto^a, Polliana Radtke dos Santos^b, Cassiane de Mendonça Braz^c,
Éboni Marília Reuter^d, Miriam Beatrís Reckziegel^e, Hildegard Hedwig Pohl^f

^a Nutricionista. Mestre em Promoção da Saúde pela Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC), Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

^b Fisioterapeuta. Especialista pelo Programa de Residência Multiprofissional em Saúde - Urgência, Emergência e Intensivismo - Hospital Santa Cruz, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

^c Fisioterapeuta graduada pela UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

^d Fisioterapeuta. Mestre em Promoção da Saúde. Docente no Curso de Fisioterapia da UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

^e Educadora Física. Mestre em Ciência do Movimento Humano pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Docente no Curso de Educação Física da UNISC, Santa Cruz do Sul, RS.

^f Educadora Física. Doutora em Desenvolvimento Regional. Docente no Programa de Pós Graduação em Promoção da Saúde da UNISC, Santa Cruz do Sul, RS, Brasil.

Fonte de financiamento: Secretaria da Ciência, Inovação e Desenvolvimento Tecnológico do Rio Grande do Sul, sob o processo número: 270-2500/11-5, e apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

RESUMO

Objetivo: Verificar a relação entre a percepção da imagem corporal e o índice de massa corporal de trabalhadores rurais.

Materiais e Métodos: Estudo transversal, com 140 trabalhadores rurais, pertencentes aos municípios de Santa Cruz do Sul, Vale Verde, Passo do Sobrado, Candelária, Encruzilhada do Sul, Pantano Grande, Rio Pardo e General Câmara. Foram verificadas variáveis demográficas como sexo, idade, estado civil e classificação econômica. Foram aferidos o peso corporal e estatura para a variável índice de massa corporal e coletados dados sobre a satisfação com a imagem corporal através da escala de nove silhuetas de Stunkard. Para caracterização da amostra: o percentual de gordura, circunferência da cintura, circunferência do quadril, relação cintura quadril.

Resultados: Houve diferença na escolha da imagem corporal atual nas respostas conforme seu estado nutricional, em ambos os sexos. Observou-se menor satisfação com a imagem corporal, mais prevalente entre as mulheres (84,1%) com excesso de peso, do que entre os homens (48,1%).

Conclusão: A alta prevalência de mulheres com sobrepeso e obesidade que desejavam como ideal uma silhueta menor quando comparado com o IMC real, denota a preocupação em atingir uma silhueta com IMC mais saudável, sugerindo a necessidade de maior aprofundamento do assunto.

Palavras-chave: imagem corporal; obesidade; antropometria; índice de massa corporal; trabalhadores rurais.

ABSTRACT

Objective: To verify the relationship between the perception of the body image and the body mass index of rural workers.

Materials and Methods: A cross-sectional study was carried out with 140 rural workers from the municipalities of Santa Cruz do Sul, Vale Verde, Passo do Sobrado, Candelária, Encruzilhada do Sul, Pantano Grande, Rio Pardo and General Câmara. Demographic variables such as sex, age, marital status and economic classification were verified. Body weight and height were measured for the body mass index variable and data on body image satisfaction were collected through the nine Stunkard scale. For the characterization of the sample, fat percentage, waist circumference, hip circumference, hip waist ratio were evaluated.

Results: There was a difference in the choice of the current body image in the responses according to their nutritional status, in both sexes. There was lower satisfaction with body image, more prevalent among women (84.1%) who were overweight, than among men (48.1%).

Conclusion: The high prevalence of overweight and obese women who wished to have a smaller silhouette when compared to the real BMI, indicates a concern to reach a healthier BMI silhouette, suggesting the need for further study.

Keywords: body image; obesity; anthropometry; body mass index; rural workers.

Correspondência:

ANALIE NUNES COUTO
Av. Independência 2293 – Bairro Universitário
96815-900 Santa Cruz do Sul, RS, Brasil
E-mail: analiecouto@hotmail.com

INTRODUÇÃO

As percepções, pensamentos e sentimentos de um indivíduo a respeito de seu próprio corpo é entendida como imagem corporal, e através desta os indivíduos descrevem as representações da estrutura corporal e da aparência física de si mesmos e com relação aos outros. Um conjunto de fatores, sensações construídas pelos sentidos sensoriais, ou de experiências vivenciadas, podem influenciar o processo de auto avaliação, entre eles o sexo, a idade, relação do corpo com os processos de crença, valores e atitudes de uma cultura, assim como os meios de comunicação^{1,2}.

A imagem corporal envolve diversos fatores que se inter-relacionam e se desenvolvem por meio de pensamentos, sentimentos e percepções das pessoas sobre sua feição geral, das partes do corpo e das estruturas e funções fisiológicas, podendo ou não compreender a realidade. Para desenvolver uma imagem corporal aceitável são necessárias experiências afirmativas e gratificantes na relação com o corpo³.

Neste sentido o excesso de peso corporal vem aumentando nas últimas décadas, resultando em prejuízos clínicos à saúde⁴, bem como nos aspectos psicológicos, como aqueles relacionados à imagem corporal². Dados nacionais indicam que o sobrepeso e a obesidade aumentaram, respectivamente, de 18,5% para 50,1% e de 2,8% para 12,4%, ambos entre o período de 1974/1975 a 2008/2009⁴.

O padrão de beleza difundido pela sociedade faz com que indivíduos busquem corpos magros e fortes, causando excesso de preocupação com a aparência quando não estão em consonância ao socialmente imposto pela mídia, resultando no aumento da insatisfação corporal. Entretanto, no momento em que a percepção corporal não corresponde a indicadores objetivos ocorre um desvio da concepção de imagem corporal, podendo causar distúrbios desta¹. Considerando o exposto, a proposição foi verificar a relação entre a percepção da imagem corporal e o índice de massa corporal de trabalhadores rurais. em trabalhadores rurais.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de estudo transversal, em que foram sujeitos 140 trabalhadores rurais pertencentes aos municípios de Santa Cruz do Sul, Vale Verde, Passo do Sobrado, Candelária, Encruzilhada do Sul, Pantano Grande, Rio Pardo e General Câmara, que integram a Pesquisa "Triagem de fatores de risco relacionados ao excesso de peso em trabalhadores da agroindústria usando novas tecnologias analíticas e de informação em saúde", previamente aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC) sob protocolo nº 2509/10.

A coleta foi realizada durante o período de julho de 2012 a agosto de 2013. Primeiramente foi feito seminário externo, para exposição da pesquisa aos trabalhadores, com aplicação do questionário de estilo de vida, com os sujeitos que aceitaram participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram incluídos trabalhadores rurais com idade igual ou superior a 18 anos dos municípios de Santa Cruz do Sul, Vale Verde, Passo do Sobrado, Candelária, Encruzilhada do Sul, Pantano Grande, Rio Pardo e General Câmara. Foram excluídos indivíduos com IMC maior de 40 kg/m² e/ou acometidos de Doença Arterial Coronariana/Acidente Vascular Cerebral/Insuficiência Cardíaca.

Foram coletadas variáveis demográficas como sexo, idade, estado civil e classificação econômica. Para esta, foi utilizada a proposição da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa⁵, em que as classes econômicas (A1, A2, B1, B2, C1, C2, D e E) são estabelecidas a partir de uma pontuação obtida conforme as características domiciliares (presença e quantidade de itens domiciliares de conforto e grau escolaridade do chefe de família). Para avaliação da medida da estatura e peso foi utilizada a balança antropométrica, sendo posteriormente calculado o IMC, classificado segundo os principais pontos de corte recomendado pela Organização Mundial da Saúde⁶.

Para caracterização da amostra, foi calculado o percentual de gordura (%G), obtido através da soma das sete dobras cutâneas (DC) (peito, tríceps, subescapular, suprailíaca, abdômen, coxa e axilar média), sendo a densidade corporal calculada através da fórmula de Jackson e Pollock⁷ e posteriormente a equação de Siri⁸, seguidos os pontos de corte de Golding et al.⁹. Foram realizadas as medidas de circunferência da cintura (CC), adotando os pontos de corte propostos por Lean et al.¹⁰, e circunferência do quadril (CQ), para estimativa da relação cintura quadril (RCQ), mensurado observando os critérios de Heyward¹¹ e classificação de Norton & Olds¹².

A escala utilizada foi a proposta por Stunkard et al.¹³, para avaliação da percepção da imagem corporal, quanto ao tamanho e forma corporal, por um conjunto de nove silhuetas para cada sexo, que representam variações progressivas de figuras humanas em ordem da mais magra à mais larga. Esta escala foi posteriormente associada com IMC por Kakeshita & Almeida¹⁴, utilizada para correlacionar o peso corporal à imagem que o indivíduo tem de si mesmo. O conjunto de nove silhuetas na escala de medida para cada gênero apresentam variações progressivas, considerando os valores médios de IMC variando entre 17,5 a 37,5 kg/m² (**Figura 1**). A partir desta proposição foram criadas três categorias sendo "A" baixo peso e peso normal (Imagem 1 a 3 da escala), "B" sobrepeso (Imagem 4 e 5 da escala) e "C" obesidade (Imagem 6 a 9 da escala), para imagem atual e ideal.



Figura 1. Escala de Figuras de Silhuetas de cada gênero, apresentam IMC médio variando entre 17,5 a 37,5 kg/m² (Kakeshita & Almeida¹⁴).

Para estimar a insatisfação corporal, foi subtraído do valor da Imagem atual o da Imagem ideal, sendo obtidas as seguintes classificações: pontuações igual a zero manifestam satisfação com a imagem corporal; escores positivos indica insatisfação por peso acima do ideal; e escore negativo insatisfação por peso abaixo do ideal¹⁵.

Os dados foram apresentados em frequência (n), percentual (%). Considerando as categorias do IMC como grupos de comparação, observou-se a distribuição dos valores antropométricos de CC, RCQ e %G, bem como a diferença entre as categorias de silhuetas atual e ideal, e por fim, a satisfação com o peso corporal. Os resultados de IMC e Escala de Silhuetas de *Stunkard*¹³ foram analisados por sexo, permitindo a comparação intragrupo e intergrupo. As avaliações foram realizadas através do teste de qui-quadrado

de Pearson, sendo considerado para níveis de significância $p < 0,05$.

RESULTADOS

Participaram do estudo 140 trabalhadores rurais, dos quais a maioria do sexo feminino (n=88), casados (n=105), pertencentes às classes econômicas C (n=74) e B (n=59), com média de idade de $51,6 \pm 10,6$ anos. Quanto às características antropométricas, verificou-se a prevalência do excesso de peso (48,6% sobrepeso e 39,3% obesidade), 47,9% apresentaram CC com “alto risco”, o RCQ apresentou predomínio em “alto/muito alto” (52,8%) e quanto ao %G, 40,6%, 23,6% e 35,7% classificaram-se como excelente/bom/acima da média, média e abaixo da média/ruim, respectivamente (**Tabela 1**).

Tabela 1. Características antropométricas de trabalhadores rurais.

Variáveis	Peso Normal n (%)	Sobrepeso n (%)	Obesidade n (%)	<i>p</i>	Total n (100%)
CC					
Baixo risco	15 (35,7)	26 (61,9)	1 (2,4)	<0,001	42
Risco Aumentado	2 (6,5)	26 (83,8)	3 (9,7)		31
Alto Risco	-	16 (23,9)	51 (76,1)		67
RCQ					
Baixo e Moderado	13 (19,7)	39 (59,1)	14 (21,2)	0,001	66
Alto	3 (5,3)	23 (40,4)	31 (54,3)		57
Muito alto	1 (5,9)	6 (35,3)	10 (58,8)		17
%G					
Inferior	12 (21,1)	41 (71,9)	4 (7,0)	<0,001	57
Média	3 (9,1)	16 (48,5)	14 (42,4)		33
Superior	2 (4,0)	11 (22,0)	37 (74,0)		50

CC: circunferência da cintura; RCQ: relação cintura quadril; %G: percentual de gordura. Teste de qui-quadrado de Pearson, significância $p < 0,05$.

Na escolha de figuras que representavam a forma corporal atual, os sujeitos apresentaram diferenças nas respostas conforme seu estado nutricional, em ambos os sexos ($p \leq 0,001$). Indivíduos com sobrepeso selecionaram todos os níveis de figura, especialmente as do conjunto de figuras B e C, enquanto que os obesos optaram preferencialmente pelas imagens do conjunto C. As mulheres peso normal priorizaram as figuras do conjunto B, enquanto os homens as do conjunto A (**Tabela 2**).

De forma geral, o sexo feminino escolheu as silhuetas atuais que melhor representavam a classificação obtida no IMC. Enquanto o sexo masculino apresentou uma tendência a subestimar ou superestimar a imagem corporal atual. Ao comparar com o IMC, 22 trabalhadores com sobrepeso escolheram como silhueta atual a representativa do conjunto C ($n=14$) e do conjunto A ($n=8$).

Já na escolha da silhueta ideal, não houve diferença entre os grupos de IMC, em ambos os sexos, uma vez que as figuras do conjunto B foram as escolhas de maior frequência, independente do estado nutricional (IMC). Ao comparar o conjunto de silhuetas atual ou ideal não se observou diferenças nas categorias do IMC, como entre os sexos. Constatou-se também que as mulheres apresentaram maior frequência de escolha de figuras representativas de obesidade quando comparado aos homens (62% versus 40%; $p=0,001$).

Na análise da imagem corporal ideal, comparada com o IMC, no sexo feminino, 31 trabalhadoras com obesidade

escolheram como silhueta ideal a do conjunto B e 11 com sobrepeso gostariam de atingir a faixa recomendável representada no conjunto A. Quanto ao sexo masculino, com sobrepeso, 9 trabalhadores manifestaram certa insatisfação com a silhueta atual, ao selecionar silhueta maior do que a imagem corporal ideal.

Ainda em relação à satisfação com a imagem corporal, 21 trabalhadoras com sobrepeso gostariam de permanecer no conjunto B, denotando satisfação. Assim como, no sexo masculino, 21 trabalhadores que apresentavam IMC de sobrepeso escolheram manter tal classificação na escolha da imagem corporal ideal do conjunto B.

Na **Tabela 3** encontra-se o nível de insatisfação dos trabalhadores rurais, sendo subtraído do valor da Imagem atual o da Imagem ideal. Para tanto identificou-se que 99 dos trabalhadores estavam insatisfeitos por estarem com peso acima do ideal, enquanto 13 o consideravam menor que o ideal. Esta insatisfação por estarem acima do peso ideal foi prevalente no sexo feminino ($n=74$) e também presente em 25 homens.

Observa-se que os trabalhadores com sobrepeso e obesidade, se perceberam acima do peso ideal, mostrando insatisfação com seu tamanho corporal, predominantemente no sexo feminino, com maior número de sujeitos classificados com excesso de peso. No entanto, é importante destacar que 28 trabalhadores apresentaram satisfação com a sua imagem corporal, com prevalência do sexo masculino.

Tabela 2. Relação entre a imagem corporal atual e imagem corporal ideal com o IMC de trabalhadores rurais, estratificadas por sexo.

Variável	Feminino n (%)				Masculino n (%)			
	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade	p	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade	p
Atual								
A	3 (50,0)	3 (50,0)	–	<0,001	7 (46,7)	8 (53,3)	–	0,001
B	5 (18,6)	13 (48,1)	9 (33,3)		1 (6,2)	12 (75,0)	3 (18,8)	
C	1 (1,8)	18 (32,7)	36 (65,5)		–	14 (66,7)	7 (33,3)	
Ideal								
A	4 (19,0)	11 (52,4)	6 (28,6)	0,073	4 (25,0)	9 (56,2)	3 (18,8)	0,689
B	5 (8,8)	21 (36,8)	31 (54,4)		4 (12,9)	21 (67,7)	6 (19,4)	
C	–	2 (20,0)	8 (80,0)		–	4 (80,0)	1 (20,0)	

Teste de qui-quadrado de Pearson, significância $p < 0,05$.

Tabela 3. Satisfação/insatisfação corporal dos trabalhadores rurais, conforme as categorias de IMC.

Satisfação	Feminino				Masculino			
	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade	p	Peso Normal	Sobrepeso	Obesidade	p
Satisfeito	1 (12,5)	5 (62,5)	2 (25,0)	0,090	3 (15,0)	16 (80,0)	1 (5,0)	0,001
Menor	2 (33,3)	3 (50,0)	1 (16,7)		4 (57,1)	3 (42,9)	0 (0,0)	
Maior	6 (8,1)	26 (35,1)	42 (56,8)		1 (4,0)	15 (60,0)	9 (36,0)	

Menor: peso menor que o ideal; Maior: peso maior que o ideal. Teste de qui-quadrado de Pearson, significância $p < 0,05$.

DISCUSSÃO

Este estudo investigou a percepção da imagem corporal e sua relação com o IMC em trabalhadores rurais, constatando-se diferença significativa na percepção da imagem corporal atual dos trabalhadores com o estado nutricional, em ambos os sexos. Foi observada elevada proporção de mulheres que tinham consciência da sua imagem corporal atual em relação ao IMC. Entretanto, na escolha da imagem corporal ideal, observou-se que mulheres com sobrepeso e obesidade desejavam como ideal uma silhueta menor quando comparado com o IMC real.

Resultado semelhante foi encontrado por Almeida et al.¹⁶, em estudo realizado com 150 mulheres, atendidas por diferentes serviços de saúde ambulatoriais da cidade de Ribeirão Preto, São Paulo. Neste estudo, na auto avaliação de tamanho e forma corporal real, foi observado que, com exceção do grupo com sobrepeso, a maioria das mulheres dos demais grupos fez escolhas compatíveis com seu IMC e que o tamanho e forma corporal ideal foram associados a figuras representativas de menor peso corporal.

Baturka et al.¹⁷, ao entrevistarem 24 mulheres afro-americanas da zona rural, com idades entre 21 e 47 anos, constataram que 50% eram obesas; 37,5% estavam com sobrepeso e 12,5% com peso normal. Também observaram insatisfação com o peso atual e ambivalência em relação à imagem corporal e peso. As entrevistas revelaram que houve pressão cultural na auto-aceitação da forma física, assim como barreiras sociais para perda de peso.

No presente estudo com trabalhadores rurais observou-se insatisfação com a imagem corporal, sendo mais prevalente entre as mulheres (84,1%) com excesso de peso, do que entre os homens (48,1%). Esta insatisfação observada está de acordo com estudos realizados em outras regiões do Brasil, como no de Corrêa¹⁸ com adultos de zona rural da Bahia, que identificou prevalência de insatisfação com a imagem corporal menor entre os homens. Santos Silva et al.¹⁵ também encontraram associação entre insatisfação com a imagem corporal e excesso de peso em homens e mulheres, com predomínio entre as mulheres (66,6%), que se perceberam com peso maior do que o ideal.

No estudo realizado por Cox et al.¹⁹ com 149 mulheres negras de Birmingham, Alabama-EUA, com IMC médio de 36,1 kg/m² e média de idade de 40 anos, foi encontrada insatisfação com a imagem corporal quando relacionado ao IMC, qualidade de vida, e peso corporal. Cabe ressaltar que a imagem corporal implica em fatores psicológicos que devem ser considerados quando se estuda o impacto da obesidade entre as mulheres. Da mesma forma, o estudo de Gilbert-Diamond et al.²⁰, com 671 mulheres de baixa

e média renda, com idade entre 21 e 55 anos, residentes em Bogotá, observaram que mulheres obesas relataram maior nível de insatisfação corporal do que mulheres com peso normal. A diferença entre as silhuetas atuais e ideais das mulheres obesas maior que o de mulheres com peso normal ($p < 0,001$), independente da educação e do estrato econômico.

O desejo por uma silhueta menor do que a atual tem sido relatado com frequência, entretanto, trata-se, normalmente, de uma característica relacionada às mulheres. Da mesma forma, com mulheres maduras a manifestação de satisfação corporal, avaliadas por várias técnicas, de forma consistente, indicam relação com menor IMC^{21,22}.

No presente estudo, apenas 9,1% das mulheres e 38,5% dos homens estavam satisfeitos com a imagem corporal. O percentual de satisfação com a imagem corporal encontrado entre os homens pode estar relacionado a influencia cultural de peso corporal a que estão sujeitas as mulheres. Em contrapartida a satisfação com a imagem corporal entre os homens associa-se a silhuetas maiores, pois os mesmos manifestam insatisfação com a magreza maior satisfação²³. Outro aspecto que pode ter influenciado a insatisfação da imagem corporal foi a prevalência de obesidade ser maior em mulheres (51,1%) que em homens (19,2%),

A prevalência de obesidade entre as trabalhadoras encontrada neste estudo pode estar relacionada às mudanças nos padrões alimentares contemporâneos entre agricultores familiares, aproximando-se do padrão urbano de consumo. Também pode estar associada a maior participação das mulheres rurais nas atividades domésticas, sendo elas as principais responsáveis pela alimentação no campo, desde a produção ao acesso físico. A grande oferta de alimentos no mercado contribuiu para a redução do trabalho feminino na lavoura, do autoconsumo e para a diminuição da produção, assim como na compra de sementes e mudas²⁴.

Os alimentos que poderiam ser produzidos pela família, passaram a ser acessados pela compra, por dificuldades de produção e comercialização e pela diminuição dos recursos físicos e financeiros despendidos na produção de gêneros. Outro fato é a aquisição de alimentos com elevado processamento industrial como margarina, refrigerantes, óleos, alguns temperos e outros produtos industrializados, não produzidas tradicionalmente pelo agricultor. O que vem gerando dependência em relação ao consumo de alimentos do mercado, contribuindo para a piora da qualidade no consumo pela inadequação da dieta e consequente insegurança alimentar²⁵.

A satisfação apresentada por homens e mulheres com IMC de sobrepeso e de obesidade em manter tal classificação

na escolha da silhueta como imagem corporal ideal, pode estar relacionada ao menor número de relatos de tentativas de redução do peso. Outro fator associado a satisfação com sua imagem corporal relatada pelo sexo feminino pode ser o fato de mulheres se envolverem menos socialmente²⁶.

No estudo de Runfola et al.²⁷, realizado com 1.849 mulheres com 50 anos e mais, nos Estados Unidos, também encontraram apenas 12% das mulheres (n=218) que relataram satisfação com a imagem corporal (silhueta atual = silhueta preferida). Um fato a ser considerado pode ser a idade média dos trabalhadores de $51,29 \pm 10,76$ anos no sexo feminino e $52,13 \pm 10,47$ anos no sexo masculino. Estudos preliminares sugerem que pode haver algumas características comportamentais e cognitivas únicas de mulheres mais velhas com satisfação corporal que justificam uma maior exploração, sendo que a relação entre satisfação corporal e comportamentos de saúde é de interesse primário, dada a potencial implicação no controle de peso e saúde. Variáveis reprodutivas incluindo menarca tardia, estado pós menopausa e uso de terapia de reposição hormonal antes da menopausa também têm sido associados com maior estima corporal em mulheres de meia idade^{21,27}.

Cabe considerar que a cultura do meio em que vivem as pessoas também pode influenciar a percepção da imagem corporal. De forma geral, desde a infância os indivíduos que residem na zona rural consideram a magreza sinônimo de doença e o excesso de peso como sinal de saúde. Ao contrário da imagem de extrema magreza considerada como padrão de beleza imposta pela mídia e a sociedade. Da mesma forma, a população negra norte-americana rural possui menos insatisfação com peso corporal, maior aceitação social de sobrepeso e ideais de peso corporal mais altos, não considerando o excesso de peso prejudicial à saúde¹⁷.

A divergência entre a satisfação da imagem corporal entre homens e mulheres pode se dar por diferentes fatores como: o papel dos meios de comunicação que, apesar de impor padrões de beleza em ambos, exerce uma influência maior sobre as mulheres; o fato de os homens darem maior importância para os padrões de beleza impostos pela sociedade na escolha de suas parceiras faz com que as mulheres procurem esses atributos físicos¹⁵. Jackson et al.²⁸ sugerem que muitos adultos de meia-idade não estão preparados para aceitar mudanças do corpo, particularmente a partir de 45/50 anos de idade, quando as alterações associadas ao processo envelhecimento se tornam mais evidentes, com mudança hormonal, redução no metabolismo e perda progressiva da massa muscular no processo de envelhecimento, podendo essas mudanças

afetar negativamente a percepção da imagem corporal e satisfação com o peso.

No Brasil, poucos estudos avaliaram a satisfação corporal em trabalhadores rurais de ambos os sexos, o que é extremamente importante considerando a alta prevalência de insatisfação corporal encontrada, com consequências para a sua saúde e para o estado nutricional desta população. Estudos deste tipo são mais frequentes com adolescentes residentes na zona rural^{29,30}.

Os achados sugerem que a percepção da imagem corporal atual das trabalhadoras rurais estava de acordo com o IMC real. No entanto, a alta prevalência de insatisfação corporal entre os trabalhadores, principalmente no sexo feminino com excesso de peso, denota a preocupação em atingir uma silhueta com IMC mais saudável, questão que sugere a necessidade de maior aprofundamento do assunto. Para a implantação e implementação de estratégias que promovam melhor qualidade de vida aos trabalhadores rurais é necessário entender a insatisfação com o corpo e os fatores associados, uma vez que são necessárias recomendações distintas para homens e mulheres de acordo com as condições socioeconômicas, à renda, educação e cultura dessa população.

REFERÊNCIAS

1. Mello GT, Rech RR. Insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de educação física. *RBONE*. 2012;6(34):233-41.
2. Damasceno VO, Lima JRP, Vianna JM, Vianna VRA, Novaes JS. Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Rev Bras Ciênc Esporte*. 2005;11(3):181-6. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922005000300006>
3. Maciel FT, Ferreira JS. Percepção da auto-imagem corporal em relação ao estado nutricional de escolares do ensino médio em Campo Grande, MS. *EFDportes.com*. 2010;15(146):1.
4. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.
5. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critérios de Classificação Econômica – Brasil. São Paulo: ABEP; 2013.
6. World Health Organization. BMI classification [Internet]. 2006 [capturado 2018]. Disponível em: http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html
7. Jackson AS, Pollock ML. Generalized equations for predicting body density of men. *Br J Nutr*. 1978;40(3):497-504. <https://doi.org/10.1079/BJN19780152>
8. Siri WE. Body composition from fluid spaces and density: analysis of methods. In: Broek J, Henschel A, editors. *Techniques for measuring body composition*. Washington DC: National Academy of Sciences; 1961. p. 233-244.
9. Golding LA, Myers CR, Sinning WE. *Y's way to physical fitness: the complete guide to fitness testing and instruction*. 3ª ed. Champaign, IL, Human Kinetics; 1989.

10. Lean MEJ, Han TS, Morrison CE. Waist circumference as a measure for indicating need for weight management. *BMJ*. 1995;311(6998): 158-61. <https://doi.org/10.1136/bmj.311.6998.158>
11. Heyward VH. Avaliação física e prescrição de exercício: técnicas avançadas. 6ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2013.
12. Norton K, Olds T. *Anthropometrica: a textbook of body measurement for sports and health courses*. Sydney: University of New South Whales Press; 2000.
13. Stunkard AJ, Sorensen T, Schulsinger F. Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. *Res Publ Assoc Res Nerv Ment Dis*. 1983;60:115-20.
14. Kakeshita IS, Almeida SS. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Rev Saúde Pública*. 2006;40(3):497-504. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000300019>
15. Santos Silva DA, Nahas MV, de Sousa TF, Del Duca GF, Peres KG. Prevalence and associated factors with body image dissatisfaction among adults in southern Brazil: a population-based study. *Body Image*. 2011;8(4):427-31. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.05.009>
16. Almeida GAN, Santos JE, Pasian SR, Loureiro SR. Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. *Psicol Estud*. 2005;10(1):27-35. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722005000100005>
17. Baturka N, Hornsby PP, Schorling JB. Clinical Implications of body image among rural african american women. *J Gen Intern Med*. 2000;15(4):235-41. <https://doi.org/10.1111/j.1525-1497.2000.06479.x>
18. Corrêa BM. Prevalência e fatores de risco associados ao sobrepeso e obesidade em adultos de zona rural da Bahia [dissertação]. Salvador: Universidade Federal da Bahia; 2014.
19. Cox TL, Ard JD, Beasley TM, Fernandez JR, Howard VJ, Affuso O. Body image as a mediator of the relationship between body mass index and weight related quality of life in black women. *J Womens Health (Larchmt)*. 2011;20(10):1573-8. <https://doi.org/10.1089/jwh.2010.2637>
20. Gilbert-Diamond D, Baylin A, Mora-Plazas M, Villamor E. Correlates of obesity and body image in colombian women. *J Womens Health (Larchmt)*. 2009;18(8):1145-51. <https://doi.org/10.1089/jwh.2008.1179>
21. Renee-Umstaddt MR, Wilcox S, Dowda M. Predictors of change in satisfaction with body appearance and body function in midlife and older adults: Active for Life®. *Ann Behav Med*. 2011;41(3):342-52. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9247-8>
22. Souto Barreto P, Ferrandez AM, Guihard-Costa AM. Predictors of body satisfaction: differences between older men and women's perceptions of their body functioning and appearance. *J Aging Health*. 2011;23(3):505-28. <https://doi.org/10.1177/0898264310386370>
23. Mintem GC, Horta BL, Domingues MR, Gigante DP. Body size dissatisfaction among young adults from the 1982 Pelotas birth cohort. *Eur J Clin Nutr*. 2015;69(1):55-61. <https://doi.org/10.1038/ejcn.2014.146>
24. Gomes JRNN, Andrade ER. Uma discussão sobre a contribuição das mulheres na disputa por soberania alimentar. *Textos Contextos*. 2013;12(2):392-402.
25. Andrade ER. "Mulher roceira": a alimentação das famílias agricultoras segundo o trabalho das mulheres [dissertação]. Brasília: Universidade de Brasília; 2014.
26. Dijkstra P, Barelds DPH. Examining a model of dispositional mindfulness, body comparison, and body satisfaction. *Body Image*. 2011;8(4):419-22. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.05.007>
27. Runfola CD, Von Holle A, Peat CM, Gagne DA, Brownley KA, Hofmeier SM, Bulik CM. Characteristics of women with body size satisfaction at midlife: results of the Gender and Body Image (GABI) Study. *J Women Aging*. 2013;25(4):287-304. <https://doi.org/10.1080/08952841.2013.816215>
28. Jackson KL, Janssen I, Appelhans BM, Kazlauskaitė R, Karavolos K, Dugan SA, Avery EA, Shipp-Johnson KJ, Powell LH, Kravitz HM. Body image satisfaction and depression in midlife women: the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Arch Womens Ment Health*. 2014;17(3):177-87. <https://doi.org/10.1007/s00737-014-0416-9>
29. Lepsen AM, Silva MC. Prevalência e fatores associados à insatisfação com a imagem corporal de adolescentes de escolas do Ensino Médio da zona rural da região sul do Rio Grande do Sul, 2012. *Epidemiol Serv Saúde*. 2014;23(2):317-25. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742014000200013>
30. Glaner MF, Pelegrini A, Cordoba CO, Pozzobon ME. Associação entre insatisfação com a imagem corporal e indicadores antropométricos em adolescentes. *Rev Bras Educ Fís Esp*. 2013;27(1):129-36. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092013000100013>