BODY SELF-IMAGE AND ITS RELATION WITH THE LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY AND THE USE OF DRUGS IN TEENS

AUTOIMAGEM CORPORAL E SUA RELAÇÃO COM O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E O USO DE DROGAS EM ADOLESCENTES

Bruno de Oliveira Pinheiro¹; Denise De Micheli²; André Luiz Monezi Andrade³

1. Mestre em Ciências. Aluno de Doutorado do Programa de Pós-Graduação em Educação e Saúde na Infância e na Adolescência. Universidade Federal de São Paulo

E-mail: pinheiro.bruno10@hotmail.com

2. Doutora em Psicobiologia. Docente do Departamento de Psicobiologia. Universidade Federal de São Paulo

E-mail: demicheli.unifesp@gmail.com

3. Docente Pesquisador da Pontifícia Universidade Católica de Campinas

E-mail: andre.andrade@puc-campinas.edu.br

*Dissertação de Mestrado – Programa de Pós-Graduação em Educação e Saúde na Infância e na Adolescência, Universidade Federal de São Paulo, 2015

Como citar:

PINHEIRO, Bruno de Oliveira; MICHELI, Denise de; ANDRADE, André Luiz Monezi. Body self-image and its relation with the level of physical activity and the use of drugs in teens. In: INTERNATIONAL SYMPOSIUM ADOLESCENCE(S) & FÓRUM (RE)PENSANDO A EDUCAÇÃO, 3, 2017, São Paulo.

Anais... São Paulo: Unifesp, 2017. p. 291-301.

DOI: <http://dx.doi.org/10.22388/2525-5894.2017.23>

Resumo: Objetivo: Avaliar a autoimagem corporal e sua relação com a prática de atividades físicas e com o uso de drogas. Método: 754 adolescentes responderam questionários referentes à satisfação da autoimagem corporal e hábitos de atividades físicas (IPAQ) e padrão de uso de substâncias (DUSI). Resultados: A frequência de satisfação entre homens e mulheres foi 67,8% e 49,9% ($p < 0,001$) respectivamente e a insatisfação corporal foi duas vezes maior nos usuários abusivos ($p < 0,01$). A frequência de adolescentes insatisfeitos foi quase o dobro no grupo que realizava exercícios físicos intensamente em comparação com aqueles que realizavam pouca atividade física. Conclusão: A atividade física como agente protetivo torna-se reduzida quando comportamentos de risco se associam a uma autoimagem corporal negativa.

Palavras-chave: Imagem Corporal. Adolescente. Transtornos Relacionados ao Uso de Substâncias. Exercício.

Abstract: Objective: Evaluate the body self-image and the relation with the practice of physical exercise and the use of psychoactive substances. Method: Seven hundred and fifty-four adolescents filled questionnaires regarding their body self-image and physical activity habits (IPAQ) as well as their patterns of substance abuse (DUSI). Results: The satisfaction's level among men and women was 67.8% and 49.9% ($p < .001$) respectively. Body dissatisfaction was twice as high in abusive users ($p < .01$). Conclusion: The frequency of dissatisfied adolescents was almost double in the group with intense physical exercises in comparison to those with poor

physical activity. Physical activity as a protective agent becomes reduced when risk behaviors are associated with negative body self-image.

Keywords: Body Image. Self Concept. Adolescent. Substance-Related Disorders. Exercise

INTRODUÇÃO

O termo imagem corporal tem sido usado para descrever diversas formas pelas quais o indivíduo conceitualiza e experimenta seu corpo, de modo consciente ou não. Neste sentido, a autoimagem corporal é a percepção que o indivíduo tem de si mesmo em relação à suas atitudes, sentimentos e o autoconhecimento acerca das suas habilidades, competências, aparência física e aceitabilidade social (Lucas & Koff, 2017).

A relação entre a percepção do peso corporal e a aparência são fatores significativos de insatisfação com a autoimagem entre adolescentes (Kelly, Vimalakanthan, & Miller, 2014). Alguns autores afirmam que o corpo musculoso possa ser considerado uma representação ideal do corpo perfeito para homens, e na busca por promover alterações da imagem corporal, eles são mais suscetíveis ao uso de anabolizantes e ao desenvolvimento de doenças (Piacentino et al., 2015). Em relação ao ideal do corpo feminino, em alguns estudos observou-se que corpos esguios e magros são os mais idealizados (Rochelle & Hu, 2016), sendo este imaginário fortemente influenciado pela mídia (Veldhuis, Konijn, & Seidell, 2014).

Como consequência, significativo grupo de mulheres buscam um padrão de beleza midiático utilizando diversas estratégias, o que comumente acarreta histórico de excessivo controle de peso, distúrbios alimentares como a bulimia e anorexia nervosa e técnicas de controle de peso não saudáveis que podem resultar em graves consequências físicas e emocionais (Alipour, Abbasalizad Farhangi, Dehghan, & Alipour, 2015).

A imagem corporal negativa é uma condição inicial de estresse e insatisfação com o corpo que pode progredir de uma moderada insatisfação para uma preocupação extrema com a aparência física (Murray, Rieger, & Byrne, 2015). Com o intuito de descobrir variáveis correlacionadas ao desenvolvimento da imagem corporal, a quantidade de estudos sobre a atividade física como método de tratamento da saúde mental, na promoção do bem-estar e melhoria da auto estima, vêm crescendo (Tatangelo et al., 2016).

De fato, a atividade física tem sido utilizada como meio para reduzir o peso corporal de indivíduos insatisfeitos com a própria imagem (Millstein et al., 2008; Hoffmann & Warschburger, 2016). Além do mais, o exercício proporciona diminuição da depressão, aumento do bem-estar emocional, sendo que aqueles indivíduos ativos apresentam imagem corporal mais positiva, independentemente da idade e sexo (Hausenblas & Fallon, 2006; Stubbs et al., 2016).

Paradoxalmente, nem sempre a atividade física é recomendada na busca para estabelecer uma imagem corporal bem estruturada, de modo que seu abuso é frequente motivo de preocupação, sendo que em casos de dismorfia corporal observou-se elevada prevalência do uso e abuso de drogas (Bedendo, Andrade, & Noto, 2015). Outra preocupação é o exercício como método compensatório nos quadros de bulimia, mostrando como a atividade física pode auxiliar na perpetuação de distúrbios que envolvem uma representação negativa do corpo (Assunção, 2002). Assim, diversos adolescentes, por não aceitarem sua imagem corporal e seu processo natural de mudanças, comumente recorrem ao uso de produtos e/ou substâncias que promovam alterações corporais rápidas em curto período de tempo (Santos & Santos, 2002). Alguns estudos indicam que muitas situações emocionais tais como: depressão, culpa, ansiedade e baixa autoestima podem predispor os adolescentes a utilizar substâncias psicoativas uma vez que aumentam a probabilidade deste perceber-se negativamente e, esta auto avaliação negativa pode conduzir à exacerbação destes sintomas, favorecendo o uso de drogas (Bedendo, Opaleye, Andrade, & Noto, 2013; Patalay, Sharpe, & Wolpert, 2015).

Diante deste cenário, o presente estudo teve por objetivo avaliar os níveis de satisfação da autoimagem corporal de adolescente, relacionando com a prática de atividades físicas e o uso de drogas.

MÉTODO

PARTICIPANTES

A amostra foi composta por 754 adolescentes com idades entre 14 e 18 anos que cursavam entre o 9º ano do ensino fundamental e o 3º ano do ensino médio de 4 escolas da rede pública estadual da cidade de Guarulhos, no Estado de São Paulo. A seleção das escolas participantes ocorreu a partir de critérios de conveniência e pareamento sociodemográfico.

INSTRUMENTOS

Questionário de dados sociodemográficos: contendo 8 perguntas relativas aos aspectos socioeconômicos e acadêmicos. Com objetivo de identificar o nível de satisfação do adolescente em relação a autoimagem, acrescentou-se mais duas perguntas, a saber: “Como você se vê quando se olha no espelho? Existe algo no seu corpo que realmente te incomoda e você gostaria de mudar? ”

Para avaliar o padrão de consumo de drogas utilizou-se a triagem do consumo de substâncias no último mês do DUSI (*Drug Use Screening Inventory*, validado no Brasil (De

Micheli & Formigoni, 2000), seguida pelas 15 perguntas, do mesmo instrumento, que investiga a intensidade do consumo e a presença de problemas relacionados. Utilizou-se os pontos de corte propostos por De Micheli & Formigoni (2002) com as seguintes classificações: Não usuário, Uso experimental e Uso abusivo.

Para avaliar o nível habitual de atividade física, utilizou-se o IPAQ (*International Physical Activity Questionnaire*) versão longa, desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde e validado para a população brasileira (Matsudo et al., 2001). Neste estudo aplicou-se a versão longa do questionário, composta por 27 questões que visam coletar informações das atividades físicas e esportivas cotidianas praticadas na semana anterior ao teste, classificando os participantes entre os níveis baixos, moderado e alto de acordo com a frequência e intensidade das atividades.

PROCEDIMENTOS

Após definir a região norte de Guarulhos para a coleta de dados, realizou-se uma reunião com a diretoria regional de ensino que jurisdiciona as escolas daquela região para expor os objetivos do estudo, assegurando o anonimato das escolas e dos alunos participantes. Após o contato inicial com as escolas selecionadas, realizou-se uma apresentação do estudo às diretorias de cada unidade. Após a aceitação por parte da instituição solicitou-se à direção da escola a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Em todas as escolas participantes foram agendadas reuniões com a coordenação pedagógica para alinhar as datas de aplicação dos questionários aos estudantes e para realização do sorteio das turmas participantes.

A randomização das turmas ocorreu na presença da equipe gestora das unidades de ensino, Diretores e Coordenadores pedagógicos das escolas. Selecionou-se pelo menos uma turma de cada série participante, independente do período de aula, ou seja, mínimo de uma turma do 9º ano do ensino fundamental e uma turma por série do ensino médio (1º, 2º e 3º ano). Os alunos podiam estudar nos períodos da manhã, tarde ou noite, totalizando uma média de 6 turmas por escola e 31 alunos por turma sorteada. Ressalta-se que a participação dos estudantes foi voluntária. A aplicação dos questionários foi realizada nas salas de aula, com a presença do professor, e por pesquisadores vinculados a este estudo que foram apresentados aos alunos pela coordenação da escola. Os alunos foram informados sobre os objetivos do estudo, assegurados quanto à confidencialidade das informações prestadas e instruídos quanto ao modo de preenchimento correto dos questionários. As aplicações dos questionários tiveram duração aproximada de 50 minutos.

Após o término de aplicação, foi oferecida às escolas uma palestra informativa com temas relacionados à qualidade de vida, práticas desportivas e uso de drogas lícitas e ilícitas, incluindo bebidas energéticas e ergogênicos. Em duas escolas participantes a palestra foi dirigida a educadores sendo agendada no horário das “Atividades de Trabalho Pedagógico Coletivo” destinada, à formação continuada dos educadores. Em uma das escolas, a critério da coordenação da unidade, foi solicitado que a palestra fosse direcionada aos alunos participantes do estudo.

ÉTICA

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de São Paulo (No. 534.640) e recebeu o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) (No.21956613.6.0000.5505) e todas as etapas da pesquisa seguiram as normas de pesquisa em saúde conforme a Resolução nº01/88.

ANÁLISE DOS DADOS

Para as análises dos dados, as variáveis contínuas foram analisadas a partir de testes de média e variância, com base nos critérios de normalidade (teste de Kolgomorov-Smirnov). Os dados foram expressos a partir de médias e desvio padrão e as variáveis categóricas expressas a partir de frequências absoluta e relativa. A comparação entre grupos foi realizada pelo teste *t* de Student para variáveis contínuas e o teste de qui-quadrado (χ^2) para variáveis categóricas. O nível de significância considerado para todos os testes foi de 5% para todas as análises e o software estatística utilizado foi o SPSS 20.0 e o Graphpad Prism 6.0 para a elaboração das figuras.

O tamanho do efeito foi calculado a partir do Teste de Cramer, utilizando-se como critério os seguintes graus de liberdade; $g/l = 1$ (0 a 0,1 = efeito pequeno; 0,11 a 0,3 = efeito médio; 0,31 a 1,0 = efeito alto); $g/l = 2$ (0 a 0,07 = efeito pequeno; 0,08 a 0,21 = efeito médio; 0,22 a 1,0 = efeito alto) $g/l = 3$ (0 a 0,06 = efeito pequeno; 0,07 a 0,17 = efeito médio; 0,18 a 1,0 = efeito alto); $g/l = 4$ (0 a 0,05 = efeito pequeno; 0,06 a 0,13 = efeito médio; 0,14 a 1,0 = efeito alto) (Cohen, 1988).

RESULTADOS

Em relação ao perfil da amostra ($N = 754$) dos adolescentes participantes, observou-se uma distribuição homogênea entre os sexos (45% meninos e 55% meninas, $p > 0,05$; $\chi^2 = 3,84$), com média de 15 anos de idade e 76% de cor branca ou parda (respectivamente 36% e 40%). Somente 4% se declararam portadores de algum tipo de deficiência física crônica, em

geral associados à problemas cardiorrespiratórios ou locomotores. Quanto ao perfil acadêmico, observou-se maior quantidade de estudantes cursando 1o ano do Ensino Médio (57%), 19% cursando o 2º ano, 6% no 3º ano e 18% no 9º ano do Ensino Fundamental. Além disso, considerando-se a amostra total, 23% dos adolescentes apresentavam defasagem escolar.

Ao se analisar a satisfação corporal dos adolescentes, considerando o fator gênero, observou-se percentual significativamente maior de satisfação corporal entre os estudantes do sexo masculino, como descrito na Tabela 1. Quando analisado o desejo dos participantes em modificar alguma parte do corpo, observou-se uma quantidade maior de adolescentes do gênero masculino (29,5%) desejando aumentar os músculos, e maior percentual (30,3%) de meninas com o desejo em emagrecer, conforme descrito na Tabela 1. Para as variáveis “quero emagrecer” e “quero aumentar meus músculos” observou-se efeito significativo do teste χ^2 .

Tabela 1 - *Percepção da autoimagem considerando o sexo dos participantes. Valores expressos em número bruto e porcentagem.*

	Homem		Mulher		Teste	<i>p</i>	Tamanho do efeito
	N	%	N	%			
Nível de satisfação					$\chi^2=29,55$	***	0,19
Insatisfeito	31	9,1	42	10,2			
Parcialmente	79	23,1	165	40,4			
Satisfeito	232	67,8	198	49,4			
Existe algo no seu corpo que você gostaria de mudar?					$\chi^2=3,55$	0,06	0,06
Sim	223	65,2	295	71,4			
Não	119	34,8	117	28,6			
Quero emagrecer					$\chi^2=26,9$	***	0,19
Sim	49	14,6	125	30,3			
Não	293	85,4	287	69,7			
Quero aumentar meus músculos					$\chi^2=27,8$	***	0,19
Sim	100	29,5	56	13,6			
Não	242	70,5	356	86,4			
Quero ser mais alto					$\chi^2=0,00$	0,99	0,00
Sim	24	7,0	29	7,0			
Não	318	93	383	93			

Nota: Total de Homens ($n = 342$) e Mulheres ($n = 412$) do estudo. O tamanho do efeito foi analisado a partir do Teste de Cramer. *** $p < 0,001$

Ao se avaliar os padrões de consumo de substância a partir do *DUSI*, observou-se que 44,5% dos homens e 41,7% das mulheres encontravam-se classificados como usuários de substâncias (Tabela 2). Em relação aos homens, não foram observadas diferenças significantes entre os grupos, de modo que quase 10% dos usuários que estavam insatisfeitos com sua autoimagem não utilizavam substâncias, sendo em relação aos usuários abusivos, somente 7% estavam insatisfeitos. Em relação às mulheres, os achados foram diferentes sendo

que aproximadamente 7% das não usuárias afirmaram estarem insatisfeitas com seus corpos. Quando realizada uma análise geral sem diferença por sexo, a quantidade de indivíduos insatisfeitos com seus corpos foi praticamente o dobro no grupo de usuários abusivos em relação aqueles que não utilizavam substâncias.

Tabela 2- Níveis de satisfação corporal considerando o padrão de consumo de substâncias, valores expressos em número absoluto e porcentagens.

	Não Usuários		Uso Experimental		Uso Abusivo		Teste	p	Tamanho do efeito
	N	%	N	%	N	%			
Homens ^(a)							$\chi^2=2,04$	0,73	0,11
Insatisfeito	18	9,5	8	8,5	4	6,9			
Parcialmente	46	24,2	23	24,5	10	17,2			
Satisfeito	126	66,3	63	67	44	75,9			
Mulheres ^(b)							$\chi^2=29,3$	***	1,44
Insatisfeito	15	6,3	20	1,8	14	22,2			
Parcialmente	87	36,3	53	48,6	24	38,1			
Satisfeito	138	57,4	36	49,6	25	39,7			
Total ^(c)							$\chi^2=14,4$	***	0,52
Insatisfeito	33	7,7	28	13,8	18	14,9			
Parcialmente	133	30,9	76	37,4	34	28,1			
Satisfeito	264	61,4	99	48,8	69	57			

Nota: ^(a) Não Usuários (n = 190), Uso Experimental (n = 94), Uso Abusivo (n = 58). ^(b) Não Usuários (n = 240), Uso Experimental (n = 109), Uso Abusivo (n = 63). ^(c) Não Usuários (n = 430), Uso Experimental (n = 203), Uso Abusivo (n = 121). *** p < 0,001

Ao se considerar os níveis satisfação corporal e de atividade física, a maior parte da amostra praticava atividade física moderada. Na prática moderada de atividade física, 53% são meninos parcialmente satisfeitos e 59% meninas insatisfeitas. Entretanto, a frequência de adolescentes que praticavam atividade física em altos níveis e relataram estarem insatisfeitos com seus corpos foi mais que o dobro (16,6%) em relação aqueles que praticavam atividade física baixa (7,9%). No caso das mulheres, foram encontrados dados bastante semelhantes, mas de forma geral não foram detectadas diferenças significantes entre os grupos a partir de uma análise baseada no sexo dos adolescentes. Quando avaliado a amostra, de forma geral, foram detectadas diferença significativa, sendo que a frequência de adolescentes insatisfeitos aumentou proporcionalmente ao nível de intensidade dos exercícios.

Tabela 3- Níveis de satisfação corporal considerando a intensidade de exercício físico (Baixa, Moderada, Alta). Valores expressos em número absoluto e porcentagens.

	Baixa		Moderada		Alta		Teste	p	Tamã do e
	N	%	N	%	N	%			
Homens ^(a)							$\chi^2=4,25$	0,37	
Insatisfeito	10	7,9	14	8,9	6	16,6			
Parcialmente	22	17,4	42	26,9	15	25			
Satisfeito	94	74,7	100	64,2	39	58,4			
Mulheres ^(b)							$\chi^2=7,2$	0,12	
Insatisfeito	10	8,2	29	12,6	10	16,6			
Parcialmente	42	34,7	95	41,1	27	45			
Satisfeito	69	57,1	107	46,3	23	38,4			
Total ^(c)							$\chi^2=11,87$	**	
Insatisfeito	20	8,1	43	11,1	16	13,3			
Parcialmente	64	25,9	137	35,4	42	35			
Satisfeito	163	66	207	53,5	62	51,7			

Nota: ^(a) Baixa (n = 126), Moderada (n = 156), Alta (n = 60). ^(b) Baixa (n = 121), Moderada (n = 231), Alta (n = 60). ^(c) Baixa (n = 247), Moderada (n = 387), Alta (n = 120). ** p < 0,01

DISCUSSÃO

O adolescente ao lidar com as inúmeras e intensas mudanças físicas (alterações estruturais e funcionais no organismo) e psíquicas (intenso desejo de autoafirmação), características do desenvolvimento humano, está sujeito a diversas situações de risco, que podem aumentar sua vulnerabilidade em todas as esferas da vida (biológica, psíquica e social). A construção da autoimagem corporal na adolescência é um processo complexo que envolve as expectativas em que o adolescente elabora com base em um modelo idealizado de corpo perfeito contrapondo-se às reais formas que o corpo em transformação adquire (Nissen & Holm, 2015). Sabe-se que no sexo feminino, com o aumento da idade, existe o desejo em querer perder peso e; inversamente, no sexo masculino, esse desejo diminui, prevalecendo a vontade de ganhar massa muscular num porte atlético (Laus, Costa, & Almeida, 2015). Nossos achados corroboram esta característica da adolescência e apontam que este fato está diretamente relacionado com os níveis de satisfação/insatisfação com a autoimagem corporal.

As altas taxas de satisfação em meninos e a insatisfação em meninas auxiliam a compreender o perfil dos adolescentes pesquisados neste trabalho e apontam como preocupantes a relação destes índices com a prática de atividades físicas e o uso de drogas.

Isto porque, em homens existe uma maior probabilidade de aceitar a sua imagem corporal, mesmo que a partir de condições físicas inadequadas, enquanto que em mulheres, a preocupação com a imagem corporal proporciona a busca e manutenção de corpos magros (Cherkasskaya & Rosario, 2017). Embora este estudo não tenha avaliado aspectos nutricionais dos adolescentes, estudos apontam que o aumento do número de jovens com transtornos alimentares e da imagem, como bulimia, anorexia e vigorexia esteja ligado com alguns padrões de obsessão com as formas do corpo (Barahmand; Shahbazi, 2015).

A prática de atividades físicas torna-se um fator de risco associado à auto aceitação da imagem corporal por estar ligada com a busca de um corpo ideal pois, se por um lado essa pratica traz benefícios, por outro o excesso dela pode oferecer riscos à saúde dos praticantes (RAMSEYER et al, 2017). Nossos dados indicaram que os níveis de atividade física estão diretamente ligados aos de insatisfação corporal, mostrando que em adolescentes que praticam baixos níveis de atividade física o nível de satisfação é maior. O inverso ocorre em indivíduos com alto nível de atividade física onde os índices de insatisfação são maiores, para ambos os sexos.

Outro fator de risco apontado em adolescentes com problemas relacionados à autoimagem corporal refere-se ao uso de drogas. Estudos indicam que situações associadas a problemas de baixa autoestima decorrente da não aceitação das mudanças do próprio corpo levam os adolescentes a predisposição ao uso e abuso de drogas (Holzhauer, Zenner, & Wulfert, 2015; Santos & Santos, 2002). Ao se verificar os padrões de consumo de substancias entre os adolescentes, este trabalho indicou que o uso experimental de substancias é alto, independentemente do nível de satisfação corporal dos adolescentes. Porém, constata-se que o uso abusivo e o indicio de dependência de substâncias está associado a maiores taxas de satisfação/insatisfação com a autoimagem corporal. Este estudo possui limitações que devem ser levadas em consideração, como a ausência de escalas referenciadas para a delimitação dos índices de insatisfação corporal; e a ausência da especificidade e intencionalidade do uso de substancias psicoativas e da prática de atividades físicas.

CONCLUSÃO

Os resultados observados indicam que a eficácia da atividade física como fator de proteção torna-se reduzida quando comportamentos de risco se associam a uma autoimagem corporal negativa fazendo com que os danos à saúde sejam maiores do que os benefícios que a pratica em si pode causar. Em relação ao uso de substancias, o indicio de abuso e dependência de drogas mostrou-se proporcional ao nível de satisfação em meninos e insatisfação em meninas. A busca pelo corpo idealizado a qualquer custo se mostrou o

principal fator motivador para o uso de substâncias, mostrando-se alarmante a questão sobre o controle de venda e consumo para essa população.

REFERÊNCIAS

- ALIPOUR, B., Abbasalizad Farhangi, M., Dehghan, P., & Alipour, M. (2015). Body image perception and its association with body mass index and nutrient intakes among female college students aged 18-35 years from Tabriz, Iran. **Eating and Weight Disorders**, 20(4), 465-471. doi: [10.1007/s40519-015-0184-1](https://doi.org/10.1007/s40519-015-0184-1)
- BARAHMAND, U., & Shahbazi, Z. (2015). Prevalence of and associations between body dysmorphic concerns, obsessive beliefs and social anxiety. **Asia-Pacific Psychiatry**, 7(1), 54-63. doi: [10.1111/appy.12085](https://doi.org/10.1111/appy.12085)
- BEDENDO, A., Opaleye, E. S., Andrade, A. L.M., & Noto, A. R. (2013). Heavy episodic drinking and soccer practice among high school students in Brazil: the contextual aspects of this relationship. **BMC Public Health**, 13, 247. doi: [10.1186/1471-2458-13-247](https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-247)
- BEDENDO, A., Andrade, A. L. M., & Noto, A.R. (2015). Prática esportiva e uso de substâncias entre estudantes do ensino médio: diferentes perspectivas dessa relação. *SMAD. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 11(2), 85-96. doi: [10.11606/issn.1806-6976.v11i2p85-96](https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v11i2p85-96)
- CHERKASSKAYA, E., & Rosario, M. (2017). A Model of Female Sexual Desire: Internalized Working Models of Parent-Child Relationships and Sexual Body Self-Representations. **Archives of Sexual Behavior**. doi: [10.1007/s10508-016-0899-8](https://doi.org/10.1007/s10508-016-0899-8)
- HAUSENBLAS, H.A., & Fallon, E.A. (2006). Exercise and body image: a meta-analysis. **Psychology & Health**, 21,33-47. doi: [10.1080/14768320500105270](https://doi.org/10.1080/14768320500105270)
- HOFFMANN, S., & Warschburger, P. (2017). Weight, shape, and muscularity concerns in male and female adolescents: Predictors of change and influences on eating concern. **International Journal of Eating Disorders**, 50(2), 139-147. doi: [10.1002/eat.22635](https://doi.org/10.1002/eat.22635)
- HOLZHAUER, C. G., Zenner, A., & Wulfert, E. (2015). Poor Body Image and Alcohol Use in Women. **Psychology of Addictive Behaviors**, 30(1), 122-127. doi: [10.1037/adb0000115](https://doi.org/10.1037/adb0000115)
- KELLY, A. C., Vimalakanthan, K., & Miller, K. E. (2014). Self-compassion moderates the relationship between body mass index and both eating disorder pathology and body image flexibility. **Body Image**, 11(4), 446-453. doi: [10.1016/j.bodyim.2014.07.005](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.07.005)
- LAUS, M. F., Costa, T. M., & Almeida, S. S. (2015). Gender differences in body image and preferences for an ideal silhouette among Brazilian undergraduates. **Eating Behaviors**, 19, 159-162. doi: [10.1016/j.eatbeh.2015.09.003](https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.09.003)
- LUCAS, M., & Koff, E. (2017). Body image, impulse buying, and the mediating role of negative affect. **Personality and Individual Differences**, 105, 330-334. doi: [10.1016/j.paid.2016.10.004](https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.10.004)
- MATSUDO, S. A., Araújo, T., Matsudo, V., Andrade, D., Andrade, E., Oliveira, L. C., Braggion, G. (2001). Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, 6(2), 05-18.

- DE MICHELI, D., & Souza-Formigoni, M.L.O.S. (2000). Screening of drug use in a teenage Brazilian sample using the Drug Use Screening Inventory (DUSI). **Addictive Behaviors**, 25(25):683-691. doi: [10.1016/S0306-4603\(00\)00065-4](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(00)00065-4)
- MORENO-MURCIA, J. A., Hellin, P., Gonzalez-Cutre, D., & Martinez-Galindo, C. (2011). Influence of perceived sport competence and body attractiveness on physical activity and other healthy lifestyle habits in adolescents. **The Spanish Journal of Psychology**, 14(1), 282-292. doi: [10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.25](https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.25)
- MILLSTEIN, R.A., Carlson, S.A., Fulton, J.E., Galuska, D.A., Zhang, J., & Blanck, H.M., et al. (2008). Relationships between body size satisfaction and weight control practices among US adults. **The Medscape Journal of Medicine**, 10:119.
- MURRAY, K., Rieger, E., & Byrne, D. (2015). The relationship between stress and body satisfaction in female and male adolescents. **Stress Health**, 31(1), 13-23. doi: [10.1002/smi.2516](https://doi.org/10.1002/smi.2516)
- NISSEN, N. K., & Holm, L. (2015). Literature review: perceptions and management of body size among normal weight and moderately overweight people. **Obesity Reviews**, 16(2), 150-160. doi: [10.1111/obr.12231](https://doi.org/10.1111/obr.12231)
- PATALAY, P., Sharpe, H., & Wolpert, M. (2015). Internalising symptoms and body dissatisfaction: untangling temporal precedence using cross-lagged models in two cohorts. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, 56(11), 1223-1230. doi: [10.1111/jcpp.12415](https://doi.org/10.1111/jcpp.12415)
- PIACENTINO, D., Kotzalidis, G.D., Del Casale, A., Aromatario, M.R., Pomara, C., Girardi, P., Sani, G. (2015). Anabolic-androgenic steroid use and psychopathology in athletes. A systematic review. **Current Neuropsychopharmacology**, 13(1), 101-121. doi: [10.2174/1570159X13666141210222725](https://doi.org/10.2174/1570159X13666141210222725)
- ROCHELLE, T. L., & Hu, W. Y. (2017). Media influence on drive for thinness, body satisfaction, and eating attitudes among young women in Hong Kong and China. **Psychology, Health & Medicine**, 22(3), 310-318. doi: [10.1080/13548506.2016.1226507](https://doi.org/10.1080/13548506.2016.1226507)
- SANTOS, M.A.A., & Santos, R.P. (2002). Uso de Suplementos Alimentares Como Forma de Melhorar a Performance Nos Programas de Atividade Física em Academias de Ginástica. **Revista Paulista de Educação Física**, 16(2), 174 –185. .
- STUBBS, B., Vancampfort, D., Rosenbaum, S., Ward, P. B., Richards, J., Soundy, A., Schuch, F. B. (2016). Dropout from exercise randomized controlled trials among people with depression: A meta-analysis and meta regression. **Journal of Affective Disorders**, 190, 457-466. doi: [10.1016/j.jad.2015.10.019](https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.10.019)
- TATANGELO, G., McCabe, M., Mellor, D., & Mealey, A. (2016). A systematic review of body dissatisfaction and sociocultural messages related to the body among preschool children. **Body Image**, 18, 86-95. doi: [10.1016/j.bodyim.2016.06.003](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.06.003)
- VELDHUIS, J., Konijn, E. A., & Seidell, J. C. (2014). Negotiated media effects. Peer feedback modifies effects of media's thin-body ideal on adolescent girls. **Appetite**, 73, 172-182. doi: [10.1016/j.appet.2013.10.023](https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.10.023)