

## Expectativas de adolescentes em relação a mudanças do perfil nutricional

Expectations of adolescents  
in relation to the changes of nutritional profile

Patrícia Déa Braga <sup>1</sup>  
Maria del Carmen Bisi Molina <sup>2</sup>  
Nágela Valadão Cade <sup>2</sup>

**Abstract** *This article presents results of a research of nature quanti-qualitative on nutrition and adolescents of Centro Salesiano do Menor, located in Vitória (ES). The aim of this study was to know the nutritional profile and expectations of the adolescents in relation the changes in the nutritional profile. Structured interview with subjective and objective questions was realized with 43 adolescents 14 to 17 years old and collected anthropometric data to valuation of the state nutritional according to the body mass index (BMI). Fragments of the speeches were selected and transcripts in the text as form of briefing of the open answers. The majority (86%) was classified as eutrófica and had disclosed to dissatisfaction with the body and a great concern with the beauty. The results had evidenced the importance given to the aesthetic one, as the main reason to desire a corporal change. Difficulties had been told in what it says respect to the alimentary control and the accomplishment of physical activity. Feeling of discrimination of the society to that they do not correspond to the beauty standard appeared in the answers of the adolescents. One concludes that the adolescents present perception of its weight not have correspondence with the found results of BMI and low self-esteem, desiring changes.*

**Key words** *Adolescents, Overweight, Expectations of changes*

**Resumo** *Este estudo apresenta resultados de uma pesquisa de natureza quanti-qualitativa sobre nutrição em adolescentes, atendidos no Centro Salesiano do Menor, localizado em Vitória (ES). Objetivou-se identificar o perfil nutricional e as expectativas dos adolescentes em relação a mudanças no perfil nutricional. Foram realizadas entrevistas com perguntas abertas e fechadas com 43 adolescentes na faixa etária de 14 a 17 anos e coletados dados antropométricos para avaliação do estado nutricional, segundo o Índice de Massa Corporal (IMC). Fragmentos dos discursos foram selecionados e transcritos no texto como forma de elucidação das respostas abertas. A maioria (86%) dos adolescentes foi classificada como eutrófica e revelou descontentamento com o corpo e grande preocupação com a beleza. Resultados evidenciaram a importância dada à estética, como principal motivo para desejarem mudanças. Foram relatadas dificuldades no que diz respeito ao controle alimentar e à realização de atividade física. Sentimento de discriminação da sociedade aos que não correspondem ao padrão de beleza apareceu nas respostas dos adolescentes. Conclui-se que os adolescentes estudados apresentam percepção de seu peso não condizente com os resultados encontrados na avaliação nutricional e baixa auto-estima, desejando mudanças.*

**Palavras-chave** *Adolescentes, Estado nutricional, Mudanças*

<sup>1</sup> Programa de Pós-graduação em Atenção à Saúde Coletiva, Centro de Ciências da Saúde, UFES, Av. Marechal Campos 1468, Maruípe, 29040-090 Vitória ES. patbraga@terra.com.br  
<sup>2</sup> Universidade Federal do Espírito Santo.

## Introdução

A importância dada à imagem e à aparência é notória nos dias atuais. Cada vez mais um modelo de beleza vem ganhando força a despeito das reais necessidades e possibilidades da população. O ideal de um corpo magro ou bem delineado nem sempre é alcançado, proporcionando desconforto à pessoa que o busca. Em contrapartida, o sobrepeso vem crescendo de forma alarmante, apresentando-se como um problema de saúde pública no Brasil, inclusive entre crianças e adolescentes<sup>1</sup>.

O excesso de peso no Brasil está distribuído em todas as regiões do país e nos diferentes estratos socioeconômicos da população. No entanto, verificou-se que em famílias de baixa renda este aumento é proporcionalmente mais elevado, tornando o problema ainda mais relevante<sup>2</sup>.

A pessoa obesa, além de ser alvo das doenças ocasionadas pelo excesso de peso, é excluída da sociedade, onde o culto ao corpo e ao belo é predominante. Assim, o incômodo com o corpo, mesmo que a pessoa não esteja obesa ou com sobrepeso, por vezes está presente devido às exigências impostas pela mídia<sup>3</sup>.

Na adolescência, essa preocupação pode ser ainda maior, pois, por ser um período onde está implícito a condição ou processo de crescimento e desenvolvimento, evidencia-se transformações ocorridas no corpo do adolescente que podem gerar instabilidade e insegurança aos mesmos<sup>4</sup>.

Para a Organização Mundial de Saúde<sup>5</sup>, adolescência é a fase do desenvolvimento compreendida entre os 10 e os 19 anos, critério adotado, no Brasil, pelo Ministério da Saúde e pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Sabe-se, no entanto, que essa fase é marcada por outras questões que vão além das mudanças biológicas ou de uma simples faixa etária, perpassada pela situação de gênero, classe social e contextos socioculturais<sup>6</sup>.

Por ser a fase de maior velocidade no crescimento estatural, o adolescente apresenta uma demanda energética elevada e a alimentação deve ser quanti e qualitativamente adequada para atender às necessidades nutricionais específicas desse período da vida<sup>7</sup>. No entanto, estudos mostram que o aumento de energia deve-se, sobretudo, à ingestão de alimentos ricos em lipídios e açúcares simples, como no caso de biscoitos, salgados fritos, sanduíches, refrigerantes e outros alimentos, que pode estar associada ao aumento do peso e às de-

ficiências de nutrientes específicos nesta fase<sup>8</sup>. Por outro lado, diante da preocupação com o corpo esbelto e esguio, principalmente no caso das meninas, os adolescentes podem desenvolver distúrbios nutricionais com graves conseqüências para a saúde, como a anorexia nervosa e bulimia.

A imagem corporal é, portanto, um tema de interesse geral na nossa sociedade, sendo tão preponderante, que leva as pessoas a se preocuparem excessivamente com ela<sup>9</sup>. Apesar de ser bastante divulgada a idéia de que basta ter uma alimentação equilibrada e realizar exercícios físicos que será possível obter um corpo perfeito, as condições para que isso aconteça de fato nem sempre são reais para todas as pessoas e, em especial, para os jovens adolescentes inseridos nos estratos sociais de menor poder aquisitivo.

Ainda, estudos abordam a importância da dieta em períodos precoces da vida e apontam que uma dieta inadequada nos primeiros anos de vida pode ser decisiva para o desenvolvimento da obesidade na adolescência e tornar-se um fator de risco para enfermidades na vida adulta<sup>10</sup>.

Um trabalho de intervenção destinado à população mais jovem é, portanto, necessário. Contudo, é importante ressaltar que a condição de saúde não é apenas uma questão orgânica, estando na dependência da interação das dimensões biológicas, psicológicas e socioambientais, numa dinâmica de extrema complexidade<sup>11</sup>.

Tanto o problema do excesso de peso, como as exigências de uma sociedade focada numa estética perfeita, são assuntos que necessitam de atenção por parte do setor saúde e demandam estudos.

Em uma instituição de base filantrópica denominada CESAM – Centro Salesiano do Menor, na cidade de Vitória (ES), cujo programa educativo “visa à inserção de adolescentes empobrecidos no mercado de trabalho”<sup>12</sup>, foi identificada uma demanda específica em função da possibilidade de atendimento nutricional individualizado. Assim sendo, um grupo de adolescentes mostrou-se interessado em mudar sua condição atual, perdendo ou ganhando peso ou, ainda, aumentando sua massa muscular.

Neste trabalho, pretende-se conhecer as expectativas dos adolescentes em relação a uma mudança do perfil nutricional a fim de subsidiar as ações a serem desenvolvidas no âmbito da instituição e contribuir para uma melhor compreensão sobre os fatores que podem estar relacionados à busca de orientação nutricional.

## Material e métodos

Trata-se de um estudo exploratório, de natureza quanti-qualitativa, com 43 adolescentes, de ambos os sexos, na faixa etária de 14 e 17 anos. Este grupo foi identificado em uma lista inicial de 55 jovens que demandaram um acompanhamento nutricional ao setor de saúde da instituição.

A partir da divulgação de atendimento gratuito de nutrição em clínica-escola de instituição de ensino superior, alguns adolescentes do CESAM procuraram a coordenação para intermediar o acesso às consultas nessa clínica, com vistas a receber orientações nutricionais para perda ou ganho de peso ou, ainda, aumento da massa muscular. Sob orientação da coordenação da instituição, os adolescentes elaboraram uma lista com os seus nomes e indicaram o objetivo que gostariam de alcançar, através da orientação nutricional individualizada. Como o tempo de permanência dos adolescentes no CESAM é pequeno, alguns jovens que estavam incluídos na lista inicial não estavam mais na instituição no momento que este trabalho foi iniciado.

Assim sendo, e em acordo com a direção do CESAM, foram realizados os procedimentos para a divulgação deste trabalho e devidas autorizações por parte dos adolescentes e de seus pais. Inicialmente, foram realizadas entrevistas utilizando um questionário estruturado com seis perguntas, abertas e fechadas, com objetivo de identificar as expectativas destes em relação a uma mudança no perfil nutricional. Foram coletados, também, dados antropométricos (peso e estatura) e utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC) para a classificação do estado nutricional. Foi considerado o critério proposto pela *World Health Organization*<sup>13</sup> para classificação dos adolescentes em baixo peso ( $IMC < P5$ ), adequado ( $P5 \geq IMC \leq P85$ ) ou sobrepeso ( $\geq P85$ ). Os dados são apresentados em gráfico, tabela e alguns fragmentos dos discursos foram selecionados e transcritos no texto como forma de elucidação das respostas abertas.

## Resultados

O grupo estudado foi formado por 21 (48,8%) adolescentes do sexo masculino e 22 (51,2%) do sexo feminino e a idade média do grupo foi  $15,9 \pm 0,7$  anos. A grande maioria (90,6%) estava cursando o ensino médio e já se encontrava inserida no mercado de trabalho.

Na Tabela 1, são apresentadas as características sociodemográficas dos adolescentes estuda-

dos. Do total de 43, 18 adolescentes (42%) residem no município de Vitória, 8 (18,6%) em Vila Velha, e 17 (39,5%) são moradores de Viana, Cariacica e Serra, municípios localizados na região da Grande Vitória.

Em relação à renda *per capita*, 23 adolescentes (53,4%) vivem com menos que 0,5 salário mínimo e 13 (30,2%) com salário de 0,5 a 1,0, demonstrando a situação econômica desses como de suas famílias. No que diz respeito ao objetivo na busca por acompanhamento nutricional, 27 (62,7%) almejavam perder peso, 10 (23,2%) gostariam de ganhar peso e 6 (14,0%) relataram querer ganhar massa corporal magra.

Observa-se na Figura 1 que 86% dos adolescentes encontram-se eutróficos e 14% apresentam sobrepeso. Nenhum adolescente avaliado apresentou baixo peso. Verifica-se que o número de meninas com sobrepeso foi maior do que o de meninos, porém sem significância estatística.

As respostas ao questionário evidenciaram uma maior preocupação com a estética. Quando perguntados sobre o motivo da procura pelo tratamento, aproximadamente 84% dos adolescentes demonstraram insatisfação com o corpo, seja por estarem com algumas partes ou com o peso acima ou abaixo de suas expectativas, ou porque sentiam-se desconfortáveis com as vestimentas, como pode ser observado nos fragmentos do discurso abaixo transcritos:

***Estou um pouco acima do peso. Sinto-me mal quando coloco roupas [...], e me comparo com as outras colegas. (sujeito 1)***

***Considero-me uma pessoa magra para a minha idade; (sujeito 2)***

***Me acho gorda. Gostaria de perder barriga [...] o meu corpo está muito estranho, as roupas não cabem. (sujeito 3)***

***Quero ficar normal; nem tão gorda, nem tão magra, etc. (sujeito 4)***

Associadas à questão da estética, aparecem falas que revelam uma baixa auto-estima como, por exemplo, as respostas à pergunta ***Por que deseja mudar seu corpo?***, quando 53,4% referiram-se à estética e 23,2% enfatizaram a sua auto-estima baixa.

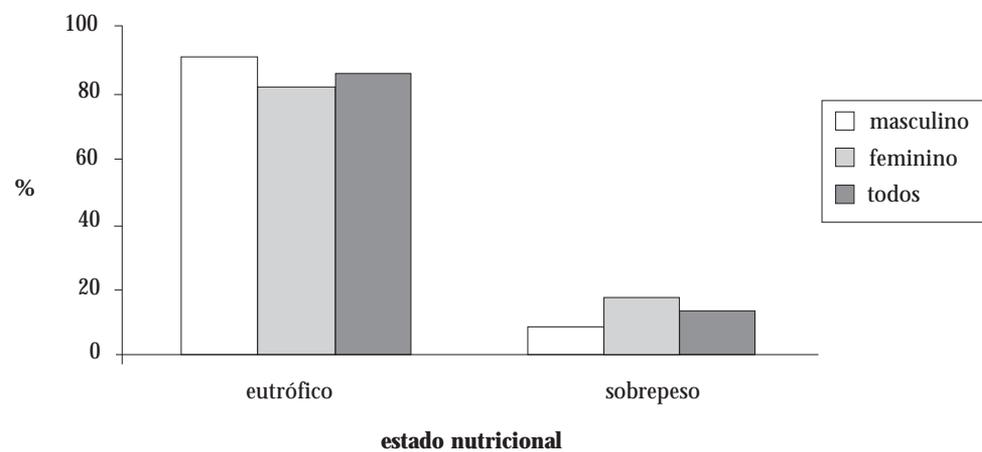
***Quero me sentir melhor [...] tenho vergonha de ir à praia, acho minha barriga grande. (sujeito 15)***

***Pode ser que nem esteja, mas na minha cabeça é. Estou me achando feio, pesado. (sujeito 6)***

Em relação a como pensam que poderiam conseguir o objetivo pretendido, ou seja, ganhar peso, perder peso e ganhar massa corporal magra, 37,2% dos adolescentes disseram que seria através de exercício juntamente com uma mudan-

**Tabela 1.** Caracterização dos adolescentes estudados, segundo procedência, renda *per capita*, objetivo e gênero. Vitória, 2005.

Características	Gênero					
	Masculino		Feminino		Total	
	n	%	n	%	n	%
<b>Município</b>						
Vitória	08	38,0	10	45,4	18	42,0
Vila Velha	03	14,2	05	22,7	08	18,6
Outros	10	47,6	07	32,0	17	39,5
<b>Faixa etária (em anos)</b>						
14 – 15	8	38,0	11	50,0	189	44,2
16 – 17	13	62,0	11	50,0	24	55,8
<b>Renda <i>per capita</i> (em SM)</b>						
< 0,5	12	57,1	11	50,0	23	53,4
de 0,5 a 1,0	07	33,3	06	27,2	13	30,2
> 1,0	02	9,52	03	13,6	05	11,6
sem informação	00	0,0	02	9,0	02	9,0
<b>Objetivo</b>						
Perder peso	12	57,1	15	68,1	27	62,7
Ganhar peso	06	28,6	04	18,1	10	23,2
Ganhar massa corporal magra	03	14,3	03	13,6	06	14,0
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>48,8</b>	<b>22</b>	<b>51,2</b>	<b>43</b>	<b>100,0</b>

**Figura 1.** Estado nutricional de adolescentes estudados, segundo o índice de massa corporal (IMC) e gênero. Vitória, 2005.

ça na alimentação. Já 37,2% adolescentes apontaram como possibilidade para a mudança no corpo somente a modificação da alimentação, independente do exercício físico. Neste contexto, 18,6% dos adolescentes falaram que o exercício seria suficiente para a mudança.

Em menor escala, seguiram-se respostas que se referiram à necessidade de ter tempo para praticar exercícios e para se alimentar adequadamente. Em resposta à pergunta sobre a dificuldade que encontra para alcançar o seu objetivo, 37,3% dos adolescentes relataram que têm dificuldade de controlar ou mudar a alimentação e 11,6% responderam que faltam recursos para praticar exercícios físicos em academias de ginástica. Para 9,3% dos adolescentes, a maior dificuldade está relacionada ao desânimo para mudar a alimentação e praticar exercícios físicos e para 4,6% deles, está associada à falta de tempo para realizar as refeições de forma adequada.

***Tenho tentação de comer; como muito pão e esse alimento me engorda. (sujeito 20)***

***Não resisto quando vejo outras pessoas comendo [...] é difícil fechar a boca. (sujeito 10)***

***Falta dinheiro. (sujeito 15)***

***A geladeira não fica cheia a semana inteira. (sujeito 12)***

***Não tenho dinheiro para ir à academia. (sujeito 5)***

***Como muita porcaria [...], tenho preguiça. (sujeito 19)***

***Não tenho tempo, como rápido, e não me alimento direito. (sujeito 25).***

A preocupação com a saúde dissociada da estética apareceu na resposta de 19% dos adolescentes, todos do sexo masculino.

## Discussão

A preocupação com o corpo, no que se refere à estética, é popularizada e banalizada através dos meios de comunicação. A globalização também traz modelos de outros países e regiões, que muitas vezes nada dizem respeito às características de determinado povo e o grupo de adolescentes. O grupo de adolescente aqui estudado pode ser um reflexo desse movimento<sup>14</sup>.

Os adolescentes demonstraram, em sua maioria, insatisfação com o peso por se considerarem acima do peso desejado, apesar de estarem dentro da normalidade sob o ponto de vista nutricional, pois somente 14% apresentaram sobrepeso. Para essa avaliação, foi utilizado o IMC, que é um indicador útil para avaliar excesso de massa

corporal em estudo de populações. No entanto, há limitações em seu uso para avaliação da condição nutricional, pois não identifica a ampla variação que ocorre na composição corporal de indivíduos, desconsiderando o percentual de gordura corporal, bem como a sua localização<sup>2</sup>.

A importância dada à aparência ou estética foi destacada nas entrevistas, sendo o principal motivo de desejarem uma mudança. Nas respostas às questões abertas, apareceu que a sociedade estigmatiza o gordo e exalta um corpo não só magro como também aquele bem delineado. Ao se descreverem, demonstraram uma percepção negativa sobre si mesmos, como já esperado, visto que procuraram o serviço com expectativas de mudanças no perfil nutricional.

As demarcações de um corpo bonito traduzem as insígnias de uma nova ordem que se instaurou e que ganha destaque neste início do século XXI: corpos fortes, torneados e perfeitos<sup>15</sup>. A pressão cultural em direção à magreza pode ocasionar atitudes alimentares anormais no adolescente; assim, nesse processo, meninos e meninas tornam-se excessivamente preocupados com o seu tamanho e aparência física. “Por vezes de forma patológica, apresentam distúrbios psiquiátricos como a bulimia e anorexia nervosa”<sup>7</sup>.

Em estudo que realizaram, Conti *et al.*<sup>16</sup> verificaram, entre outras coisas, atitudes infundamentadas que objetivaram o emagrecimento em casos onde o sobrepeso não é significativo, apontando para o efeito negativo da cultura e dos avanços tecnológicos ocidentais, juntamente com a pressão da mídia. Destacam ainda o efeito provocado pela comparação entre atrativos físicos das meninas e os de modelos dos anúncios das campanhas publicitárias veiculadas.

Em contrapartida à ditadura de um corpo magro e belo, Pinheiro *et al.*<sup>2</sup> apresentam dados recentes que comprovam um aumento da prevalência de obesidade no Brasil, considerando, entre alguns de seus determinantes, a expansão de alimentos ricos em gorduras, assim como um estilo de vida mais sedentário, estimulado pelos avanços tecnológicos.

Assim como a imposição de uma cultura, é importante salientar a fase de vida desses jovens, no que se chama de adolescência. Nesse momento, onde ocorrem mudanças físicas e psíquicas, o adolescente fica vulnerável. Já não tem mais o corpo da infância, como o corpo de um adulto também não está completamente formado. Na visão de Tiba<sup>17</sup>, o universo físico (corporal) adquire importância fundamental, já que é na área do corpo que se operam as maiores e mais visí-

veis modificações entre infância e adolescência, caracterizando a puberdade. Para Osório<sup>18</sup>, a imagem do próprio corpo é reconstruída e reformulada sucessivamente, sendo esta uma “representação condensada das experiências passadas e presentes, reais ou fantasiadas, conscientes ou inconscientes [...]”. Cano *et al*<sup>19</sup> consideram que não é somente a imagem do físico, mas toda a representação de si mesmo passa a constituir na adolescência um tema fundamental, associando fortemente a imagem corporal e a identidade. Desta maneira, a adolescência representa uma fase em que os processos pelos quais o corpo se desenvolve e amadurece são mais evidentes, justificando o resultado deste estudo, que evidencia baixa auto-estima dos adolescentes, possivelmente proporcionada pela percepção do corpo. O cuidado excessivo com o corpo, o culto à moda ou mesmo o seu desprezo, a obsessão por esportes, podem também refletir o mal-estar em relação ao corpo, tão característico dessa fase<sup>4</sup>.

Nessa perspectiva, pode-se pensar que a insatisfação com o corpo evidenciada pelo grupo estudado, a despeito de estar dentro dos padrões nutricionais, tenha relação com a fase de vida. Associa-se também a este fato a influência que causa a sociedade e sua cultura.

A relação com o corpo, assim como hábitos e práticas alimentares, também são construídos com base em determinações socioculturais, e no mundo contemporâneo, a mídia exerce papel importante na construção e desconstrução de procedimentos alimentares e padrões de estética, os quais estão submetidos a interesses de empresas produtoras de mercadorias, medicamentos, indústrias de aparelhos e equipamentos e setores financeiros. Assim, discursos sobre práticas alimentares para emagrecimento, formando um padrão estético de corpo ideal, são transmitidos representando interesses de alguns segmentos<sup>20</sup>.

Assim, são vendidos o tempo todo produtos e serviços que colaboram tanto com a obesidade, como também com o padrão de estética perfeito, constituindo, assim, um paradoxo. Pela situação econômica precária em que vivem, as dificuldades dos adolescentes deste estudo vão além das já mencionadas. Ter dinheiro para comprar comida saudável, como condições para pagar uma academia são alguns problemas mencionados por esse grupo. Este fato pode estar associado à reali-

dade desses adolescentes, já que se encontram inseridos no ambiente de trabalho ou qualificando-se profissionalmente, além de estarem, também, frequentando a escola.

Porém, a sociedade de consumo atual não os exige das exigências quanto ao padrão de beleza que impõe, desconsiderando as inúmeras desigualdades e diversidades existentes. Goldenberg e Ramos<sup>21</sup>, considerando o contexto social e histórico atual particularmente instável e mutante, referem que os meios tradicionais de produção de identidade, como a família, a religião, a política, o trabalho, dentre outros, encontram-se enfraquecidos. Nesse sentido, é possível imaginar que muitos indivíduos ou grupos estejam se apropriando do corpo como um meio de expressão (ou representação) do eu.

Ficou demonstrada, nesse estudo, a importância de se conhecer a percepção dos adolescentes acerca de determinado problema, pois é esta que irá subsidiar as ações mais adequadas para atendimento às suas demandas. Para a instituição, há de se destacar a necessidade de levantar possibilidades com os adolescentes para aumentar a auto-estima, bem como trabalhar com as dificuldades apresentadas.

Para o profissional que atua diretamente com esta clientela, é de fundamental importância estabelecer, junto aos adolescentes, objetivos possíveis de serem alcançados. Estes poderiam ser levantados e discutidos a partir da formação de grupos de discussão no âmbito da instituição.

O adolescente, por suas características peculiares, mais que o adulto, corre riscos de, no ímpeto de responder às exigências da sociedade, buscar saídas a qualquer custo. Aos que detêm um poder aquisitivo mais alto, alternativas como cirurgias, academias e até viagens para esquecer o problema são algumas possibilidades viáveis, o que não quer dizer que sejam as melhores ou mais adequadas. Porém, para o adolescente de menor condição socioeconômica, as possibilidades de mudanças não estão tão acessíveis, cabendo ao setor público responder por estas demandas.

Chopra *et al*<sup>22</sup> destacam o papel das políticas públicas na prevenção e controle da obesidade, como nos desdobramentos gerados por esses fatores. Assim, um trabalho multisetorial, envolvendo a política, a educação e os mecanismos de comércio, faz-se necessário para conduzir esse assunto.

### **Considerações finais**

Conclui-se que os adolescentes estudados apresentam percepção de seu peso não condizente com os resultados de IMC encontrados, baixa auto-estima e relatam descontrole na ingestão de alimentos.

Conhecer e entender as peculiaridades da adolescência mostra-se fundamental para o planejamento de ações efetivas. Intervenções nessa fase poderão prevenir problemas futuros, já que é nes-

se período que a grande transformação corporal ocorre, podendo ser um período de vulnerabilidade e risco, necessitando de atenção e cuidado.

Assim, é importante que os profissionais e serviços de saúde atendam de forma mais efetiva a esse grupo populacional, compreendendo a saúde em sua forma mais ampla, que vai além da questão biológica, devendo ser tratada como a expressão de um conjunto de fatores que envolvem o contexto sociocultural e econômico, integrando ainda a subjetividade do indivíduo.

### **Colaboradores**

PD Braga, MCB Molina e NV Cade participaram igualmente de todas as etapas da elaboração do artigo.

### **Agradecimentos**

À coordenação do CESAM pelo apoio no desenvolvimento deste trabalho, à estagiária de nutrição Joseleni Gomes e à professora Luciane Bressiane, pela colaboração na coleta de dados antropométricos.

## Referências

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). *Pesquisa de orçamentos familiares. Análise da disponibilidade domiciliar de alimentos e do estado nutricional no Brasil*. Rio de Janeiro: IBGE; 2004.
2. Pinheiro ARO, Freitas SFT, Corso ACT. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. *Rev Nutr* 2004; 17(4):523-533.
3. Saikali CJ, Soubhia CS, Scalfaro BM, Cordás TA. Imagem corporal nos transtornos alimentares. *Rev Psiq Clín* 2004; 3(14):164-166.
4. Dias S. A inquietante estranheza do corpo e o diagnóstico na adolescência. *Psicol USP* 2000; 11(1):119-135.
5. Organización Mundial de la Salud (OMS). *La salud de los jóvenes: un reto y una esperanza*. Geneva: OMS. 1995.
6. Matheus TC. O discurso adolescente numa sociedade na virada do século. *Psicol USP* 2003; 14(1): 85-94.
7. Sampei MA, Ribeiro LC, Devicenzi UM, Sigulem DC. Adolescência: estado nutricional, práticas e distúrbios alimentares e atividade física. *Rev Comp Nutr* 2002; 3(3):5-22.
8. Oliveira CL, Fisberg M. Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia. *Arq Bras Endocrinol Metab* 2003; 2(47):107-8.
9. Savoia MG. A imagem corporal. *Rev Bras de Psiquiatria* 2003; 25(2). p. 126-126.
10. Andrade RG, Pereira RA, Sichieri R. Consumo alimentar de adolescentes com e sem sobrepeso do município do Rio de Janeiro. *Cad Saúde Pública* 2003; 19(5):1485-1495.
11. Traverso-Yépez MA, Pinheiro VS. Adolescência, saúde e contexto social: esclarecendo práticas. *Psicol Social* 2002; 14(2):133-147.
12. Inspeção São João Bosco (ISJB). CESAM: apresentação. 2003 [acessado 2005 Jul 20] Disponível em: <http://www.salesiano.com.br/cesam/cgi/cgilua.exe/start.htm>
13. World Health Organization (WHO). *Physical status: the use and interpretation of anthropometry*. Technical Report Series 854. Geneva: WHO; 1995
14. Garcia RWD. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Rev Nutr* 2003; 16(4): 483-492.
15. Castro AL. Culto ao corpo, modernidade e mídia. 2004 [acessado 2005 Jul 23]. Disponível em: <http://www.multirio.rj.gov.br/seculo21/textolink.asp?codlink=1054&codchave=12428>
16. Conti MA, Frutuoso MFP, Gambardella AMD. Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Rev Nutr* 2005; 18(4): 491-497.
17. Tiba I. Puberdade e adolescência: desenvolvimento biopsicossocial. São Paulo: Agora; 1986.
18. Osório LC Adolescente hoje. Porto Alegre: Artes Médicas; 1989.
19. Cano MAT. Auto-imagem na adolescência. 1999. [acessado 2005 Jul 26]. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista>
20. Serra GMA, Santos EM. Saúde e mídia na construção da obesidade e do corpo perfeito. *Rev C S Col* 2003; 8(3): 691-701.
21. Goldenberg M, Ramos MS. O corpo (des) coberto. 2004. [acessado 2005 Jul 20]. Disponível em: <http://www.multirio.rj.gov.br/seculo21/textolink.asp>
22. Chopra M, Galbraith S, Darnton-Hill I. A global response to a global problem: the epidemic of overnutrition. *Bull of the World Health Org* 2002; 80:952-958.

Artigo apresentado em 14/09/2005

Aprovado em 14/05/2006

Versão final apresentada em 15/11/2006