

AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DO PROGRAMA “O CORPO EM QUESTÃO” EM JOVENS ADULTAS: UM ENSAIO CLÍNICO CONTROLADO E RANDOMIZADO

Tassiana Aparecida Hudson

Coorientadora: Ana Carolina Soares Amaral

Orientadora: Maria Elisa Caputo Ferreira

RESUMO

A Imagem Corporal é um constructo multidimensional, caracterizado, essencialmente, pelas dimensões perceptiva e atitudinal, esta última relacionada à influência das crenças, das emoções e dos comportamentos em relação ao corpo. O objetivo do presente estudo foi avaliar a eficácia da intervenção preventiva “O Corpo em Questão” nos fatores de risco para Transtornos Alimentares, em mulheres jovens adultas brasileiras. A intervenção foi realizada por meio de um Ensaio Clínico Controlado e Randomizado. A amostra foi composta por 141 mulheres universitárias, com idade entre 18 e 30 anos, matriculadas nos cursos superiores e técnicos do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sudeste de Minas Gerais – campus Barbacena (IF Sudeste MG). As participantes foram aleatorizadas em dois grupos: Grupo Controle (n=78; idade=21,14 ± 2,57) e Grupo Intervenção (n=63; idade=20,33 ± 1,76). A intervenção consistiu em uma sessão semanal de 60 minutos, durante 4 semanas consecutivas, em grupos fixos de 5 a 8 participantes. Os instrumentos utilizados foram questionários e escalas autoaplicadas, que avaliaram a insatisfação corporal das estudantes, a influência da mídia, dos pais e amigos na Imagem Corporal, a internalização do ideal de magreza, os sintomas para Transtornos Alimentares, a apreciação corporal, os sintomas depressivos e a autoestima. Os questionários foram aplicados em momentos diferentes: antes de começar a intervenção, imediatamente após o fim da intervenção e no seguimento de 1 mês e 6 meses. Os resultados indicaram diferenças significantes entre o grupo submetido à intervenção e controle, na insatisfação corporal, influência sociocultural da mídia, internalização do ideal de magreza, atitudes alimentares inadequadas, sintomas depressivos e um aumento da autoestima das mulheres submetidas à intervenção. Os efeitos da intervenção nas variáveis que apresentaram interação Grupo × Tempo significantes variaram de $r = 0,17$ a $0,33$, indicando a eficácia do programa na população de mulheres jovens. Concluiu-se que a intervenção “O Corpo em Questão” é um programa válido para prevenir diversos fatores de risco para Transtornos Alimentares em mulheres jovens brasileiras.

Palavras-chave: Imagem Corporal, adulto jovem, prevenção primária, Transtorno Alimentar.