


## Depressão em adolescentes e sua relação com a imagem corporal



Ana Júlia Nascimento dos Santos<sup>ab</sup>, Gabriel Soares de Souza<sup>ab</sup>, Pauliana Valéria Machado Galvão<sup>ac</sup> 

<sup>a</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Pernambuco, Campus Serra Talhada, PE, Brasil.

<sup>b</sup>International Federation of Medical Students Associations (IFMSA), São Paulo, SP, Brasil.

<sup>c</sup>Departamento de Epidemiologia e Métodos Quantitativos em Saúde, Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca (ENSP), Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

**RESUMO** A preocupação com a aparência física é um fato na sociedade e se torna tão preponderante que muitas vezes leva às pessoas a desenvolverem problemas que afetam sua saúde. Este é um aspecto que começou a ser discutido recentemente, porém ganha cada vez mais espaço devido à problemas relacionados a aspectos psíquicos e comportamentais, em especial na população mais jovem. Dentre esses, a depressão preocupa cada vez mais, já que a grande maioria dos estudos encontra uma associação positiva. Assim, este estudo objetivou abordar a relação da depressão em jovens relacionada à sua imagem corporal.

**PALAVRAS-CHAVE:** adolescência; autoimagem; transtornos mentais

*Aceito* 09 de fevereiro de 2019 *Publicado online* 14 de fevereiro de 2019

[Cite este artigo:](#)

Santos AJN et al. (2019) Depressão em adolescentes e sua relação com a imagem corporal. *Multidisciplinary Reviews* 2: e2019001, DOI: 10.29327/multi.2019001

### *Depression in adolescents and their relation to body image*

**ABSTRACT** The concern with physical appearance is a fact in society and becomes so preponderant that it often leads people to develop problems that affect their health. This is an aspect that has recently started to be discussed, but it is gaining more space due to problems related to psychic and behavioral aspects, especially in the younger population. Among these, depression is more and more worrying, since the great majority of studies find a positive association. Thus, this study aimed to address the relationship of depression in young people related to their body image.

**KEYWORDS:** adolescence, mental disorders, self concept

## Introdução

A imagem corporal é um fenômeno associado com o conceito de si próprio e é influenciável pelas interações dinâmicas entre o ser e o meio em que vive, sua construção está associada às concepções determinantes da cultura e sociedade (Adami et al 2005).

A mídia responsável pela exposição às figuras corporais que explicitam magreza em publicidade, revistas, cinema e televisão e a formação de estereótipos nas redes sociais são fatores que contribuem para que haja uma maior distorção da imagem corporal. Logo, esta distorção pode levar a insatisfação com imagem corporal (IIC), que é a auto avaliação negativa do indivíduo com seu corpo, estendendo essa autocrítica para a opinião alheia (Medeiros et al 2017). Assim, a adolescência costuma ser um período mais crítico por ser um período de transição para a vida adulta que compreende mudanças físicas e psicossociais, além da ocorrência de bullying e da busca por aceitação social, transformando a imagem mental que o adolescente faz de si mesmo.

Os impactos da IIC são amplos e podem incluir desde distúrbios alimentares a problemas psíquicos, tais como a depressão. Estes últimos merecem uma atenção singular, já que os transtornos mentais correspondem a 12% da carga mundial de doenças e 1% da mortalidade, quando menos de 1% dos recursos da saúde é investido em ações para a saúde mental (OMS 2017; OPAS 2018).

Assim, este artigo objetivou abordar a relação da depressão em jovens relacionada à sua imagem corporal.

## O problema da depressão

A depressão é reconhecidamente um problema de Saúde Pública, haja vista que atinge cerca de 322 milhões de pessoas (4,4% da população mundial) e é responsável por 54.215.000 de anos de vida com deficiência (DALY) em 2015; além disso, mais de 80% dos casos ocorreram em países de baixa e média renda (OMS 2017), o que pode indicar uma relação entre a má qualidade de vida e a depressão.

Metade de todos os transtornos mentais na vida adulta começa aos 14 anos, mas a maioria não é detectada nem tratada. Ainda é possível identificar que a depressão é a terceira principal causa de doença e incapacidade entre os adolescentes e o suicídio é a terceira principal causa de morte no grupo de 15 a 19 anos (OMS 2018).

## Imagem corporal

A formação da imagem corporal é uma constante construção no decorrer da vida, e, não raro, um motivo de preocupação para se manter no padrão corporal cada vez mais em voga nas sociedades ocidentais. Os padrões corporais e a cobrança, grande parte fornecidos pelos meios de comunicação, são motivos que contribuem para a insatisfação com a imagem corporal (IIC) (Teixeira et al 2016).

Uma análise feita por Lira et al (2017) mostrou que meninas adolescentes que acessavam o Facebook de 1 a 5 vezes e de 5 a 10 vezes por dia tiveram 4,1 e 4,7 mais chances de sofrerem de ICC, respectivamente, em relação àquelas que acessavam mensalmente. A associação também foi positiva para Instagram e Snapchat, revelando a influência da mídia na formação da autoimagem.

Um estudo de Rentz-Fernandes et al (2018) revelou a IIC presente em 67,8% dos estudantes investigados, relatando uma IIC maior nas mulheres, bem como uma relação inversamente proporcional entre autoestima e IIC. Em outro estudo, a insatisfação corporal apresentou uma prevalência de 25,3%, valor consideravelmente mais baixo, que pode ser explicado pela diferença de instrumentos para análise (Martins et al 2010).

## Imagem corporal e depressão

Atualmente, diversos estudos têm reforçado a relação da depressão com a IIC, principalmente em adolescentes. Um estudo transversal de Cornejo et al (2017), feito com 875 adolescentes, relatou que os participantes identificados com IIC foram 3,7 vezes mais propensos a relatar sintomas depressivos do que os participantes que não possuíam IIC.

Outro estudo, sendo esse longitudinal, nesta mesma população, encontrou uma relação direta entre a depressão e a IIC e afirmou que o modo que este transtorno pode aumentar a vulnerabilidade entre o real e o percebido, aumentando a autocrítica, é um ponto chave em relação a ambos os fatores, agravando os sintomas depressivos, além de haver piora na auto aceitação (Paxton e Neumark-Sztainer 2006).

Além da relação positiva, estudos ainda mostram a diferença dos gêneros em lidar com essas questões. Seguindo a tendência, Rentz-Fernandez et al (2017) verificou que as meninas são mais insatisfeitas com seus corpos, bem como maiores níveis de depressão, embora o porquê seja incerto, mas influenciado pela maior cobrança social por padrões corporais em mulheres.

Apesar de ser encontrada uma relação positiva entre IIC e depressão nos estudos, não é possível ainda afirmar uma relação de causa e efeito, visto que a maioria das pesquisas com essa temática são transversais, o que impede de analisar as variáveis que influenciam e são influenciadas. Como exemplo, um estudo transversal que teve o intuito de analisar a relação de IIC e depressão em gestantes colocou o transtorno mental como predisposição para a IIC, e não o contrário, como os estudos citados anteriormente (Meireles et al 2017).

## Considerações finais

A relação da IIC com a depressão, quando vista na literatura, é majoritariamente confirmada. Embora apresente um considerável número de estudos a respeito, ainda não é uma questão consolidada e apresenta muitas limitações a respeito da metodologia de análise e possíveis distratores que possam influenciar a pesquisa.

## Referências

- Adami F, Fernandes TC, Frainer DES, Oliveira FR (2005) Aspectos da construção e desenvolvimento da imagem corporal e implicações na Educação Física. *Revista Digital* 10(83).
- Flores-Cornejo F, Kamego-Tome M, Zapata-Pachas MA, Alvarado GF (2017) Association between body image dissatisfaction and depressive symptoms in adolescents. *Revista Brasileira de Psiquiatria* 39:326-332.
- Lira AG, Ganen AP, Lodi AS, Alvarenga MS (2017) Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* 66:164-71.
- Martins CR, Pelegrini A, Matheus SC, Petroski EL (2010) Insatisfação com a imagem corporal e relação com estado nutricional, adiposidade corporal e sintomas de anorexia e bulimia em adolescentes. *Revista de Psiquiatria* 32:19-23.
- Medeiros TH, Caputo EL, Domingues MR (2017) Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* 66:38-44.
- Meireles JFF, Neves CM, Carvalho PHB, Ferreira MEC (2017) Imagem corporal, atitudes alimentares, sintomas depressivos, autoestima e ansiedade em gestantes de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva* 2:437-445.
- OMS. Organização Mundial da Saúde (2017) *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. Geneva: World Health Organization.
- OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde (2018). *Organização Mundial da Saúde divulga novas estatísticas mundiais de saúde*. Disponível em: <[https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5676:organizacao-mundial-da-saude-divulga-novas-estatisticas-mundiais-de-saude&Itemid=843](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5676:organizacao-mundial-da-saude-divulga-novas-estatisticas-mundiais-de-saude&Itemid=843)>. Acesso em: 17 jan. 2019.
- Paxton SJ, Neumark-Sztainer D, Eisenberg ME (2006) Prospective Predictors of Body Dissatisfaction in Adolescent Girls and Boys: A Five-Year Longitudinal Study. *Developmental Psychology* 42:888-89.
- Rentz-Fernandes AR, Silveira-Viana M, Liz CM, Andrade A (2017) Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de Salud Pública* 19:66-72.
- Teixeira MD, Pereira AT, Marques MV, Saraiva JM, Macedo AF (2016) Eating behaviors, body image, perfectionism, and self-esteem in a sample of Portuguese girls. *Revista Brasileira de Psiquiatria* 38:135-40.
- Meireles JFF, Neves CM, Carvalho PHB, Ferreira MEC (2017) Imagem corporal, atitudes alimentares, sintomas depressivos, autoestima e ansiedade em gestantes de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva* 22:437-445.