

# Fatores associados à insatisfação corporal em estudantes de medicina: estudo transversal

Lívia de Moraes Ribeiro Meirelles<sup>1</sup>  Luana Maragoni Alves de Almeida Cassimiro<sup>1</sup>  Ana Carolina da Silva<sup>1</sup>   
Vittoria de Oliveira Winter<sup>1</sup>  Clara Marinho Cardoso Guedes<sup>1</sup>  Bruna Casiraghi<sup>1</sup>  Margareth Lopes Galvão Saron<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Centro Universitário de Volta Redonda – UniFOA. Volta Redonda/RJ, Brasil.  
E-mail: meirelles.liv97@gmail.com

## Resumo Gráfico

### Highlights

- Mulheres demonstram maior insatisfação com a imagem corporal.
- Uso excessivo de redes sociais impacta negativamente a autoimagem.
- A prática de esportes se associa a uma melhor percepção corporal.
- A presença de burnout pode agravar a percepção negativa da imagem corporal.
- Insatisfação corporal pode ser um sinal de sofrimento psicológico.




Elaboração própria com auxílio de inteligência artificial (imagem ilustrativa).

### Resumo

A imagem corporal é um construto multidimensional influenciado por fatores socioculturais, comportamentais e psicológicos, sendo a insatisfação corporal frequente entre universitários, especialmente estudantes de medicina. Este estudo teve como objetivo avaliar a associação entre insatisfação corporal e fatores sociodemográficos, comportamentais e psicológicos, com ênfase no uso de redes sociais, prática de atividade física e síndrome de burnout. Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quantitativa, realizado com estudantes de medicina de uma instituição privada do interior do estado do Rio de Janeiro. A insatisfação corporal foi avaliada por meio do *Body Shape Questionnaire* e o burnout pela Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais, incluindo qui-quadrado, teste *t* de Student, ANOVA, regressão linear múltipla e regressão logística binária, adotando-se nível de significância de 5%. A prevalência de distorção de imagem corporal foi de aproximadamente 25%. Observou-se associação significativa entre distorção de imagem corporal e sexo, prática de atividade física, tempo de uso de redes sociais e burnout. Na regressão logística, maior tempo de uso de redes sociais aumentou em 40% a chance de distorção, enquanto a presença de burnout aumentou em 4,68 vezes essa chance. Conclui-se que a insatisfação corporal esteve associada principalmente a fatores comportamentais e psicológicos, destacando a importância de estratégias de promoção da saúde mental no ambiente universitário.

**Palavras-chave:** Estudantes de Medicina. Imagem Corporal. Mídias Sociais. Atividade Física. Burnout.

**Editor de área:** Edison Barbieri

**Avaliadora:** Kassandra Maria de Araújo Morais 

Mundo Saúde. 2026,50:e18282025

O Mundo da Saúde, São Paulo, SP, Brasil.

<https://revistamundodasaude.emnuvens.com.br>

**Recebido:** 30 novembro 2025.

**Aprovado:** 09 abril 2026.

**Publicado:** 29 abril 2026.

## INTRODUÇÃO

A imagem corporal é uma construção multidimensional que envolve percepções, sentimentos e atitudes em relação ao próprio corpo, sendo influenciada por fatores socioculturais e psicológicos<sup>1</sup>. Os ideais corporais, por sua vez, modificam-se ao longo do tempo e influenciam a percepção e a satisfação corporal. Na sociedade contemporânea, a valorização da magreza e de padrões estéticos muitas vezes inatingíveis pode contribuir para a insatisfação corporal e o sofrimento psicológico, associando a aparência a prestígio e status social<sup>2</sup>.

No contexto da formação superior, estudantes da área da saúde, especialmente de medicina, configuram um grupo de maior vulnerabilidade a alterações relacionadas à saúde mental e à percepção da imagem corporal<sup>3,4</sup>. A rotina acadêmica intensa, caracterizada por elevada carga horária e exigência psicológica, pode impactar o autocuidado, a autoimagem e os hábitos de vida. Durante a graduação, mudanças no estilo de vida, como planejamento inadequado do tempo, acúmulo de tarefas, alterações comportamentais e comprometimento de hábitos alimentares saudáveis, tornam os estudantes mais suscetíveis ao estresse e às pressões sociais<sup>2,5,6,7,8</sup>.

Pesquisas indicam prevalências expressivas de insatisfação corporal entre estudantes de medicina. Contudo, nota-se uma disparidade relevante entre gêneros, com o público feminino apresentando maior tendência à distorção da imagem corporal e níveis mais elevados de descontentamento em comparação ao masculino<sup>4,9</sup>. As mulheres frequentemente apresentam maior preocupação com o ganho de peso, uma vez que o estereótipo da magreza está historicamente associa-

do ao ideal de beleza, o que aumenta o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares e contribui para a distorção da percepção da imagem corporal. Contudo, observa-se que os homens também têm demonstrado crescente preocupação com a imagem corporal, muitas vezes associada ao ideal de um corpo mais musculoso, o que pode levar à prática excessiva de exercícios físicos e a comportamentos de risco relacionados à imagem corporal<sup>10,11</sup>.

Além do gênero, o estado nutricional e fatores comportamentais, como o uso de mídias sociais e a adesão a dietas restritivas, exercem influência na percepção do corpo<sup>5,12</sup>. Com a era digital, a influência da mídia sobre a imagem corporal se intensificou. Redes sociais como *Facebook*, *Instagram* e *TikTok* são inundadas diariamente com conteúdo de influenciadores digitais voltados para um público mais jovem, divulgando personagens perfeitas e produtivas, rotinas e dicas *fitness*, muitas vezes fantasiosas, mas que alcançam milhares de seguidores que almejam replicá-las<sup>11</sup>.

A compreensão da interação entre esses múltiplos fatores é essencial para o delineamento de intervenções que promovam a saúde mental do futuro profissional médico<sup>2</sup>. Dada a importância de identificar elementos predisponentes a transtornos de imagem e alimentares nesse segmento, torna-se necessário investigar as correlações envolvidas para fundamentar ações de prevenção<sup>3,5</sup>. Diante do exposto, o presente artigo tem como objetivo avaliar a associação entre insatisfação corporal e fatores sociodemográficos, comportamentais e psicológicos, com ênfase no uso de redes sociais, prática de atividade física e síndrome de burnout, em estudantes de medicina.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quantitativa, realizado com estudantes de medicina de uma instituição privada do interior do estado do Rio de Janeiro.

Inicialmente, participaram do estudo 513 estudantes de Medicina correspondendo a 67,59% do total de alunos matriculados no curso (n = 759). Foram excluídos 68 estudantes por apresentarem dados incompletos, resultando em uma amostra final de 445 estudantes incluídos nas análises.

A coleta de dados foi realizada entre os meses de outubro e novembro de 2024, contemplando estudantes de todos os períodos do curso. Do total de participantes, 38 estavam no 1º período, 31 no 2º período, 39 no 3º período, 37 no 4º período, 60 no 5º módulo, 55 no 6º módulo, 29 no 7º módulo, 48 no 8º módulo, 38 no 9º módulo, 11 no 10º módulo,

32 no 11º módulo e 27 no 12º módulo.

Os dados foram coletados por meio de formulários impressos, com abordagem direta aos estudantes em sala de aula. Após receberem as devidas orientações, os participantes assinavam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e respondiam individualmente ao questionário, assegurando o sigilo das informações e a impossibilidade de identificação pessoal. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário de Volta Redonda com o número do parecer 7.126.882 e do CAAE 83422324.0.0000.5237.

Foram utilizados um questionário sociodemográfico, contendo dados básicos para caracterização da amostra, e o *Body Shape Questionnaire* (BSQ). O BSQ é um questionário unidimensional composto por 34 itens, elaborado por Cooper *et al.*<sup>13</sup>, e tradu-

zido, adaptado e validado para uso no Brasil por Di Pietro e Silveira<sup>9</sup> e revalidado por Casiraghi *et al.*<sup>14</sup>, apresentando bons índices de validade para esta população. O escore total do BSQ foi obtido pela soma dos 34 itens, com variação entre 34 e 204 pontos. Os resultados foram categorizados de acordo com os seguintes pontos de corte:  $\leq 110$  (nenhuma distorção),  $> 110$  e  $\leq 138$  (distorção leve),  $> 138$  e  $\leq 167$  (distorção moderada) e  $> 168$  (distorção grave). Para algumas análises, considerou-se ausência de distorção quando o escore foi  $\leq 110$  e presença de distorção quando  $> 110$ .

A síndrome de burnout foi avaliada por meio da Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu) composta por itens que avaliam desgaste emocional e físico, descrença e eficácia profissional. As possibilidades de resposta variam de 0 (nunca) a 4 (muito frequente). A presença de síndrome de burnout foi definida a partir do ponto de corte da ESB-eu, considerando escore total maior que 20 como indicativo de burnout, conforme proposto por Carlotto e Câmara<sup>15</sup>.

Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva e inferencial. As variáveis categóricas foram apresentadas em frequências absoluta e relativa, e as variáveis numéricas em média e desvio padrão. Inicialmente, foi realizada análise descritiva das variáveis.

## RESULTADOS

Em relação às características sociodemográficas (Tabela 1), observou-se maior frequência de estudantes entre 30 e 39 anos (54,4%), com predominância do sexo feminino (60,4%). A maioria dos participantes dedicava-se exclusivamente aos estudos (85,2%), solteiros (90,3%), não possuía filhos (92,8%) e residia com a família (62,2%). Além disso, 60,4% dos estudantes eram provenientes da cidade da instituição de ensino.

Quanto às condições de saúde, 48,5% relataram histórico familiar de doença e 23,1% referiram possuir doença crônica ou genética. Em relação ao estilo de vida, 26,3% dos estudantes praticavam esportes de três a quatro vezes por semana, enquanto 22,2% não praticavam atividade física. Quanto ao tempo de uso de redes sociais, observou-se maior frequência de uso entre uma e três horas por dia (39,6%), seguido de três a cinco horas (33,0%) e mais de cinco horas (23,1%) (Tabela 1).

A avaliação da imagem corporal demonstrou que a maioria dos estudantes não apresentou distorção de imagem corporal (74,6%). Entre os estudantes que apresentaram algum grau de dis-

torção, 12,4% apresentaram distorção leve, 8,8% distorção moderada e 4,3% distorção grave. Considerando-se todos os níveis de distorção, a prevalência total de distorção de imagem corporal foi de 25,4% na amostra estudada (Tabela 2).

Observou-se associação significativa entre distorção de imagem corporal e sexo, sendo a distorção mais frequente no sexo feminino (31,6%) em comparação ao masculino (15,9%) ( $p < 0,001$ ). Em relação à prática de esportes, verificou-se associação significativa com a distorção de imagem corporal ( $p = 0,035$ ), com maiores frequências de distorção entre estudantes que praticavam atividade física com menor frequência ou que não praticavam. Também foi observada associação significativa entre o tempo de uso de redes sociais e a distorção de imagem corporal ( $p < 0,001$ ), sendo que estudantes com maior tempo de uso apresentaram maiores frequências de distorção. Houve associação significativa entre burnout e distorção da imagem corporal ( $p < 0,001$ ), sendo a distorção mais frequente entre estudantes com burnout (42,7%) em comparação àqueles sem burnout (12,4%), conforme a Tabela 3.

Para comparação de médias entre dois grupos independentes, utilizou-se o teste *t* de Student e para comparação de médias entre três ou mais grupos, utilizou-se a análise de variância (ANOVA). A associação entre variáveis categóricas foi avaliada por meio do teste do qui-quadrado de Pearson.

Para avaliar os fatores associados ao escore de imagem corporal, foi realizada regressão linear múltipla, considerando o escore total do *Body Shape Questionnaire* (BSQ) como variável dependente e as variáveis sexo, idade, situação de trabalho, prática de esportes, tempo de uso de redes sociais e ESB-eu como variáveis independentes. O ajuste do modelo foi avaliado pelo coeficiente de determinação ( $R^2$ ) e pela análise de variância (ANOVA). Foram estimados coeficientes beta ( $\beta$ ), intervalos de confiança de 95%.

Para análise dos fatores associados à distorção de imagem corporal, foi realizada regressão logística binária multivariada, com cálculo do Odds Ratio (OR) e respectivos intervalos de confiança de 95%. O ajuste do modelo foi avaliado pelo teste de Hosmer-Lemeshow e pelo coeficiente de determinação de Nagelkerke ( $R^2$ ).

Todas as análises estatísticas foram realizadas no *software* Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 31.0, adotando-se nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ).

**Tabela 1** - Caracterização sociodemográfica, de saúde e estilo de vida dos estudantes de medicina da cidade de Volta Redonda.

	Variável	Frequência	Porcentagem
Idade	< 30 anos	175	39,3
	30 a 39 anos	242	54,4
	40 a 49 anos	22	4,9
	≥50 anos	6	1,4
Sexo	Masculino	176	39,6
	Feminino	269	60,4
Estuda/Trabalha	Apenas estuda	379	85,2
	Estuda e Trabalha	66	14,8
Estado Civil	Solteiro	402	90,3
	Casado	38	8,5
	Divorciado	4	0,9
	Viúvo	1	0,2
Filhos	Sim	32	7,2
	Não	413	92,8
Residência	Sozinho	91	20,4
	Família	277	62,2
	República	18	4,0
	Pensionato	3	0,7
	Acomodação dividida	56	12,6
Procedência	Cidade da Instituição de Ensino Superior	269	60,4
	Outra cidade	131	29,4
	Outro estado	42	10,1
HF Doença	Sim	216	48,5
	Não	221	49,7
	Prefiro não dizer	8	1,8
Doença Crônica ou Genética	Sim	103	23,1
	Não	335	75,3
	Prefiro não dizer	7	1,6
Prática de Esportes	Diariamente	93	20,9
	Exceto aos finais de semana	72	16,2
	3 a 4 vezes por semana	117	26,3
	1 a 2 vezes por semana	64	14,4
	Não pratico	99	22,2
Tempo de Redes	<1h	19	4,3
	De 1-3h	176	39,6
	De 3-5h	147	33,0
	>5h	103	23,1

**Tabela 2** - Classificação da distorção de imagem corporal em estudantes de medicina da cidade de Volta Redonda segundo *Body Shape Questionnaire* (BSQ).

	Variável	Frequência	Porcentagem
Distorção da imagem corporal	Nenhuma	332	74,6
	Leve	55	12,4
	Moderada	39	8,8
	Grave	19	4,2
	Total	445	100,0

**Tabela 3** - Associação entre distorção de imagem corporal e variáveis associadas dos estudantes de medicina da cidade de Volta Redonda.

Variável	BSQ		p
	Sem distorção n (%)	Com distorção n (%)	
<b>Sexo</b>			
Masculino	148 (84,1)	28 (15,9)	<0,001
Feminino	184 (68,4)	85 (31,6)	
<b>Prática de esportes</b>			
Diariamente	74 (79,6)	19 (20,4)	0,035
Exceto fins de semana	61 (84,7)	11 (15,3)	
3-4x/semana	88 (75,2)	29 (24,8)	
1-2x/semana	42 (65,6)	22 (34,4)	
Não pratica	67 (67,7)	32 (32,3)	
<b>Tempo de redes sociais</b>			
<1h	17 (89,5)	2 (10,5)	<0,001
1-3h	147 (83,5)	29 (16,5)	
3-5h	101 (68,7)	46 (31,3)	
>5h	67 (65,0)	36 (35,0)	
<b>Burnout</b>			
Ausente	220 (87,6)	31(12,4)	<0,001
Presente	110 (57,3)	82 (42,7)	

A regressão linear múltipla demonstrou que o modelo foi estatisticamente significativo ( $F = 19,003$ ;  $p < 0,001$ ), explicando 23,3% da variação do escore de imagem corporal ( $R^2 = 0,233$ ;  $R^2$  ajustado = 0,221). A regressão demonstrou que o sexo feminino, a prática de esportes, o tempo de uso de redes sociais e a presença de burnout estiveram associados ao aumento do escore de insatisfação corporal. O sexo feminino apresentou aumento médio de 15,56 pontos no escore do BSQ quando comparado ao sexo masculino (IC95%: 8,73-22,39;  $p < 0,001$ ). A prática de esportes esteve associada ao aumento de 2,72 pontos no escore do BSQ (IC95%: 0,36-5,09;  $p = 0,024$ ), enquanto o maior tempo de uso de redes sociais esteve associado ao aumento de 5,68 pontos no escore (IC95%: 1,87-9,50;  $p = 0,004$ ). A presença de burnout apresentou forte associação com o escore de imagem corporal, aumentando em média 25,85 pontos no BSQ (IC95%: 19,30-32,40;  $p < 0,01$ ). As variáveis idade e situação de trabalho não apresentaram associação estatisticamente significativa com o escore do BSQ (Tabela 4).

A regressão logística binária multivariada demonstrou que o modelo foi estatisticamente significativo (Qui-quadrado = 77,908;  $p < 0,001$ ), apresentando capacidade explicativa de 23,7% ( $R^2$  de Nagelkerke = 0,237) e adequado ajuste (teste de Hosmer-Lemeshow,  $p = 0,556$ ). O modelo apresentou acurácia global de 75,3% na classificação dos indivíduos. Permaneceram associados à distorção de imagem corporal o sexo, o tempo de uso de redes sociais e a presença de burnout. O sexo feminino apresentou aproximadamente duas vezes mais chance de distorção de imagem corporal (OR = 1,97; IC95%: 1,16-3,34;  $p = 0,013$ ). O maior tempo de uso de redes sociais aumentou em 40% a chance de distorção (OR = 1,40; IC95%: 1,06-1,85;  $p = 0,017$ ). A presença de burnout foi o fator mais fortemente associado, aumentando em aproximadamente 4,7 vezes a chance de distorção de imagem corporal (OR = 4,68; IC95%: 2,87-7,62;  $p < 0,001$ ). As variáveis idade, prática de esporte e situação de trabalho não apresentaram associação significativa com o desfecho (Tabela 5).

**Tabela 4** - Análise de regressão linear múltipla tendo como variável dependente a distorção de imagem corporal (BSQ) dos estudantes de medicina do município de Volta Redonda.

Variável	$\beta$	IC95%	p
Sexo	15,56	8,73 - 22,39	<0,001
Idade	-2,59	-7,80 - 2,61	2,61
Estuda e trabalha	-1,09	-10,54 - 8,35	0,820
Prática de esportes	2,72	0,36 - 5,09	0,024
Tempo de redes sociais	5,68	1,87 - 9,50	0,004
Burnout	25,85	19,30 - 32,40	<0,01

**Tabela 5** - Análise de regressão logística binária multivariada para distorção de imagem corporal (BSQ) e fatores independentes dos estudantes de medicina do município de Volta Redonda.

Variável	Odds ratio	IC95%	p
Idade	0,86	0,57 – 1,28	0,460
Sexo	1,97	1,16 – 3,34	0,013
Estuda e trabalha	0,77	0,37 – 1,62	0,497
Prática de esporte	1,19	0,99 – 1,42	0,054
Tempo de redes sociais	1,40	1,06 – 1,85	0,017
Burnout	4,68	2,87 – 7,62	<0,001

## DISCUSSÃO

A prevalência de distorção de imagem corporal encontrada neste estudo foi de aproximadamente 25%, indicando que cerca de um em cada quatro estudantes apresentou algum grau de insatisfação corporal. Bosi *et al.*<sup>3</sup> identificaram prevalência de 27,7% de distorção de imagem corporal, valor próximo ao encontrado neste estudo. De forma semelhante, Santos<sup>4</sup> observou que 26,3% dos estudantes de medicina apresentaram algum nível de insatisfação corporal, além de maior insatisfação entre mulheres e desejo predominante de possuir índice de massa corporal menor que o real, evidenciando a busca por um corpo mais magro nessa população. Por outro lado, Boclin *et al.*<sup>16</sup> identificaram prevalência de aproximadamente 50% de insatisfação corporal em estudantes de Medicina e Odontologia, indicando que a prevalência pode variar entre diferentes populações e contextos acadêmicos, mas permanece elevada entre estudantes da área da saúde.

A presença de distorção de imagem corporal nessa população é um achado relevante, uma vez que a insatisfação corporal está associada a desfechos negativos, como baixa autoestima, transtornos alimentares, ansiedade e depressão. Observou-se maior prevalência de distorção de imagem corporal no sexo feminino, resultado amplamente descrito na literatura<sup>2,16</sup>. Essa distorção de imagem no público feminino raramente se manifesta como um agravo isolado. A preocupação excessiva com a forma do corpo e a sensação de “sentir-se gorda” geram um viés cognitivo negativo que pode comprometer as interações sociais e o desempenho acadêmico, exacerbado pela carga horária exaustiva e pelo ambiente competitivo do curso<sup>2</sup>.

Esse achado pode ser explicado pela maior pressão sociocultural e midiática relacionada ao corpo feminino, historicamente mais exposto a padrões estéticos idealizados e a maior cobrança social em relação à aparência. Essa tendência é consistente com diversos estudos que apontam que mulheres, desde idades precoces, sofrem maior pressão sociocultural para atender a padrões corporais idealizados, frequentemente

centrados na magreza como sinônimo de beleza, sucesso e aceitação<sup>1,10</sup>. Essa construção histórica e midiática do “corpo ideal” feminino, muitas vezes inatingível, contribui para sentimentos de inadequação, baixa autoestima e insatisfação corporal<sup>2</sup>. Nesse contexto, estudos internacionais reforçam essa relação, como o realizado com universitários do Reino Unido, que demonstrou maior insatisfação corporal entre mulheres, associada a sintomas depressivos, estresse acadêmico e sedentarismo, enquanto entre os homens a insatisfação esteve relacionada ao aumento da idade e à pior qualidade de vida<sup>17</sup>.

O tempo de uso de redes sociais apresentou associação significativa com a distorção de imagem corporal e com o escore de insatisfação corporal. Esse resultado pode ser explicado pela Teoria da Comparação Social, que postula que os indivíduos possuem uma tendência intrínseca de avaliar suas próprias capacidades e opiniões através da comparação com os outros, especialmente quando expostos a imagens de corpos idealizados<sup>18</sup>.

Além disso, a exposição frequente a conteúdos relacionados à aparência física pode favorecer a internalização de padrões corporais idealizados, contribuindo para maior insatisfação corporal crônica. A arquitetura das redes sociais facilita a comparação social on-line ao fornecer acesso constante a imagens e estilos de vida idealizados, o que pode levar à objetificação da imagem e das experiências. Esse comportamento é impulsionado por necessidades de pertencimento e autoafirmação, resultando frequentemente no que se define como consumo conspícuo on-line<sup>19</sup>.

A prática de atividade física também apresentou associação com a imagem corporal. Observou-se maior frequência de distorção entre estudantes que praticavam atividade física com menor frequência ou que não praticavam esportes. Esses dados sugerem que a atividade física pode atuar como fator protetor, promovendo maior autoestima e satisfação corporal, contribuindo positivamente para a percepção da imagem. Uma possível explicação adicional é que indivíduos

que realizam atividades físicas com regularidade, muitas vezes motivados por questões estéticas, alcançam resultados que aumentam sua satisfação com a própria imagem. Esse efeito pode ser parcialmente explicado por mecanismos psicobiológicos já descritos na literatura, como a liberação de endorfinas, melhora na autoestima e sensação de bem-estar, além da redução dos sintomas depressivos e ansiosos<sup>4,8</sup>. Além disso, a prática regular de atividade física é reconhecida como uma intervenção não farmacológica relevante no manejo da saúde mental, atuando por meio de mecanismos fisiológicos e psicológicos integrados<sup>20</sup>.

O burnout foi o fator mais fortemente associado à distorção de imagem corporal e ao escore de insatisfação corporal. Esse resultado sugere que fatores psicológicos, como estresse crônico, exaustão emocional e sobrecarga acadêmica, podem influenciar a percepção da imagem corporal. Estudantes de medicina são considerados grupo de risco para burnout devido à alta carga horária, pressão por desempenho, privação de sono e ambiente altamente competitivo, fatores que podem contribuir para alterações na autoestima e na autoimagem<sup>21,22</sup>. A identificação precoce de grupos de risco é fundamental para prevenir impactos negativos na saúde mental e na futura prática profissional dos estudantes<sup>23</sup>.

As variáveis idade e situação de trabalho não apresentaram associação significativa com a imagem corporal, sugerindo que fatores comportamentais e psicológicos parecem exercer maior influência sobre a percepção da imagem corporal do que características sociodemográficas. Essa insatisfação pode desencadear baixa autoestima, estresse, isolamento social e depressão, especialmente entre aqueles que não se enquadram nesses padrões, independentemente da idade ou estado nutricional, resultando em exclusão e discriminação<sup>2,24</sup>.

Em conjunto, os resultados deste estudo sugerem que a distorção de imagem corporal em estudantes

## CONCLUSÕES

Os resultados deste estudo demonstraram que uma parcela significativa dos estudantes de medicina apresentou distorção de imagem corporal, estando essa condição associada a fatores comportamentais e psicológicos, especialmente ao maior tempo de uso de redes sociais, à menor prática de atividade física e à presença de burnout. Esses achados reforçam que a insatisfação corporal nessa população não está relacionada apenas a aspectos estéticos, mas também a fatores emocionais, comportamentais e ao contexto acadêmico.

Do ponto de vista prático, os resultados indicam a necessidade de implementação de estratégias ins-

de medicina está associada a fatores psicológicos e comportamentais, especialmente burnout e uso de redes sociais, reforçando a importância de estratégias de promoção de saúde mental e uso consciente de redes sociais no ambiente universitário. Alguns autores sugerem que as faculdades de medicina priorizem a criação de ambientes de aprendizagem mais saudáveis, combatendo o estigma da saúde mental e implementando programas de mentoria e suporte psicológico acessíveis. É enfatizada a necessidade de revisões curriculares que permitam aos estudantes manter hábitos de autocuidado, como sono e lazer, fundamentais para a preservação da saúde mental<sup>21,22,23,25,26</sup>.

Dessa forma, os resultados deste estudo evidenciam a necessidade urgente de estratégias institucionais de promoção da saúde mental e valorização da diversidade corporal entre estudantes universitários. Tais ações devem incluir acompanhamento psicológico acessível e contínuo, campanhas educativas sobre mídias digitais e padrões corporais, estímulo à prática de atividade física regular e incentivo ao autocuidado e à aceitação corporal como parte da formação médica humanizada. Estas estratégias não apenas impactam positivamente a saúde individual dos estudantes, como também influenciam sua futura prática profissional, promovendo empatia e consciência crítica no cuidado aos pacientes.

Como limitações do estudo, destaca-se o delineamento transversal, que não permite estabelecer causalidade, a realização do estudo em uma única instituição privada, o que limita a generalização dos resultados. Outra limitação refere-se à ausência de variáveis potencialmente importantes, como índice de massa corporal, estado nutricional, uso de antidepressivos e qualidade do sono, que podem influenciar a percepção da imagem corporal. Dessa forma, recomenda-se que estudos futuros incluam essas variáveis e envolvam estudantes de diferentes instituições e contextos socioeconômicos.

titucionais voltadas à promoção da saúde mental e do bem-estar dos estudantes, incluindo programas de apoio psicológico, ações de promoção de imagem corporal positiva, incentivo à prática de atividade física e orientação sobre o uso consciente de redes sociais.

Além disso, a presença de insatisfação corporal e burnout durante a formação médica pode estar associada a riscos futuros, como desenvolvimento de ansiedade, depressão, transtornos alimentares, abuso de substâncias e comprometimento da qualidade de vida. Esses fatores podem impactar a formação profissional, uma vez que estudantes com sofrimen-

to psíquico apresentam maior risco de exaustão emocional, redução da empatia e pior desempenho acadêmico. Nesse sentido, a identificação precoce de estudantes em risco torna-se fundamental para a prevenção de transtornos mentais, transtornos alimentares e prejuízos acadêmicos.

Dessa forma, conclui-se que a distorção de ima-

gem corporal em estudantes de medicina está associada a fatores comportamentais e psicológicos, destacando a importância de intervenções institucionais e ações de promoção de saúde mental no ambiente universitário, visando não apenas a saúde dos estudantes, mas também a qualidade da formação médica e da futura prática profissional.

## Declaração do autor CRediT

Conceitualização: Saron, MLG; Meirelles, LMR. Metodologia: Saron, MLG; Casiraghi, B; Meirelles, LMR; Winter, VO. Validação: Casiraghi, B; Meirelles, LMR; Saron, MLG. Análise estatística: Saron, MLG; Casiraghi, B; Meirelles, LMR. Análise formal: Casiraghi, B; Saron, MLG. Investigação: Silva, AC; Guedes, CMC; Meirelles, LMR; Cassimiro, LM; Winter, VO. Recursos: Casiraghi, B; Meirelles, LMR; Saron, MLG. Redação – rascunho original: Silva, AC; Meirelles, LMR; Cassimiro, LM. Redação – revisão e edição: Casiraghi, B; Saron, MLG. Visualização: Casiraghi, B; Meirelles, LMR; Saron, MLG. Supervisão: Casiraghi, B; Saron, MLG. Administração do projeto: Saron, MLG.

Todos os autores leram e concordaram com a versão publicada do manuscrito.

## Financiamento

Trabalho desenvolvido com o apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), por meio da concessão de bolsa de iniciação científica.

## Declaração de conflito de interesse

Os autores declaram que não têm interesses financeiros concorrentes ou relações pessoais conhecidas que possam ter influenciado o trabalho relatado neste artigo.

## REFERÊNCIAS

1. Ferreira ACG, Martins EGR, Caldeira IP, Braga KS, Gomes RS, et al. Associação de transtornos alimentares e imagem corporal em estudantes de medicina durante a pandemia de COVID-19. *Revista Amazônia Science & Health* 2024;12:58–70. doi:10.18606/2318-1419/amazonia.sci.health.v12n1p58-70.
2. Gomes LHN, Durães LG, Cordeiro EF, Castilho CT. Autopercepção da imagem corporal e atitudes alimentares de estudantes de medicina. *Rev Eletr Acervo Saúde*. 2023;23:e14042. doi:10.25248/reas.e14042.2023.
3. Bosi MLM, Nogueira JAD, Uchimura KY, Luiz RR, Godoy MGC. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2014;38(2):243–252. doi:10.1590/S1981-52712014000200007.
4. Santos BCD, Almeida DDC, Guillarducci NV, Machado RRP. Body dissatisfaction among undergraduate medical students in the city of Juiz de Fora, Minas Gerais, Brazil. *Einstein (São Paulo)*. 2022;20:eAO6648. doi:10.31744/einstein\_journal/2022AO6648.
5. Reis LBM, Castro GG de, Tôres LR, Santos RSO, Costa JV, et al. Insatisfação corporal e comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: uma avaliação entre estudantes de medicina. *Debates Psiquiatr*. 2021;11:1–27. doi:10.25118/2763-9037.2021.v11.217.
6. Aragão JCS, Casiraghi B, Mota ÉM, Abrahão MAB, de Almeida TA, et al. Saúde mental em estudantes de medicina. *Rev Estud Investig Psicol Educ*. 2017;0:38–41. doi:10.17979/reipe.2017.0.14.2267.
7. Barbosa-Medeiros MR, Caldeira AP. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. *Rev Bras Educ Med*. 2021;45. doi:10.1590/1981-5271v45.3-20190285.
8. Nascimento SB, Araújo IL. Perfil antropométrico e insatisfação corporal de estudantes universitários. *Rev Bras Nutr Esportiva*. 2020;13(82):864–870.
9. Di Pietro M, Silveira DX. Validade interna, dimensionalidade e desempenho da escala Body Shape Questionnaire em uma população de estudantes universitários brasileiros. *Rev Bras Psiquiatr*. 2009;31(1):21–24. doi:10.1590/S1516-44462008005000017.
10. Volpe ACC, Andrade CQJ, Vaz GR, Fonseca LC, Manochio-Pina MG. Estima e satisfação com a imagem corporal em estudantes de medicina. *Rev Bras Obes Nutr Emagrecimento*. 2019;13(77):61–67.
11. Lopes LFS, Coletto HN, Guimarães NS, Chaves LO, Vidigal F de C, Bressan J, et al. Assessment of body image distortion and dissatisfaction in students and healthcare professionals. *Demetra*. 2022;17:e61016. doi:10.12957/demetra.2022.61016.
12. Abdulwahab IJ, Khouja JH, Alzahrani NA, Bargawi A. Social media use and body image dissatisfaction among university students of health sciences in Saudi Arabia. *Cureus*. 2024;16(12):e74889. doi:10.7759/cureus.74889.
13. Cooper PJ, Taylor MJ, Cooper Z, Fairburn CG. The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *Int J Eat Disord*. 1987;6(4):485–494.
14. Casiraghi B, Saron MLG, Alvarenga MESM, Meirelles LMR. Revalidação de escalas para avaliação de imagem corporal e burnout em estudantes de medicina. *Rev Instrum Model Pol Aval Educ*. 2025;6:e025024. doi:10.51281/imp.e025024.
15. Carlotto MS, Câmara SG. Burnout Syndrome Assessment Scale in university students: construction and validity evidence. *Res Soc Dev*. 2020;9(7):e171974013. doi:10.33448/rsd-v9i7.4013.
16. Boclin K de LS, Farias JL, da Cruz JPB, Rigo L. Body image dissatisfaction, anthropometric and psychosocial characteristics in healthcare students from a university in south Brazil. *Rev Contexto Saúde*. 2026;26(51):e14484. doi:10.21527/2176-7114.2026.51.14484.
17. El Ansari W, Dibba E, Stock C. Body image concerns: levels, correlates and gender differences among students in the United Kingdom. *Cent Eur J Public Health*. 2014;22(2):106–117.
18. Hoppen TH, Cuno RM, Nelson J, Lemmel F, Schlechter P, Morina N. Meta-analysis of randomized controlled trials examining social comparison as a behaviour change technique across the behavioural sciences. *Nat Hum Behav*. 2025;9(8):1595–1612. doi:10.1038/s41562-025-02209-2.
19. Floriano MDP, Silva AH. Compreendendo a conspicuidade na divulgação das experiências nas redes sociais: o efeito do materialismo. *Rev Adm Contemp*. 2023;27(4):e220323. doi:10.1590/1982-7849rac2023220323.
20. Xue P, Du X, Kong J. Age-dependent mechanisms of exercise in the treatment of depression: a comprehensive review of physiological and psychological pathways. *Front Psychol*. 2025;16:1562434. doi:10.3389/fpsyg.2025.1562434.

- 
21. Muaddi MA, El-Setouhy M, Alharbi AA, et al. Assessment of medical students burnout during COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(4):3560. doi:10.3390/ijerph20043560.
  22. Vale TCB, Paiva JHHGL, Medeiros VN, et al. Factors behind burnout increase in medical students. Are the criteria so important? *Rev bras educ med*. 2021;45(02):e20200193. doi: 10.1590/1981-5271v45.2-20200193.ING.
  23. Porfírio GB, Figueiredo DSS, Cortez FCP, et al. O burnout em estudantes de medicina: uma revisão de literatura sobre estratégias de prevenção e enfrentamento. *Rev PsicoFAE*. 2024;13(1):152–166.
  24. Santos MM, Moura PS, Flauzino PA, Alvarenga MS, Arruda SPM, Carioca AAF. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. *J Bras Psiquiatr*. 2021;70:126–133. doi:10.1590/0047-2085000000308.
  25. Rodrigues CS, Deus MLA, Andrade FT, et al. Avaliação da Prevalência da Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina. *Rev bras educ med*. 2020;44(04):e20200032. doi: 10.1590/1981-5271v44.4-20200032.
  26. Martins MHVCG, Lobo V, Florenciano MSS, et al. Burnout in medical students: A longitudinal study in a Portuguese medical school. *Cambridge Prisms: Glob Ment Health*. 2023;10:e72. doi: 10.1017/gmh.2023.61.
- 

**Como citar este artigo:** Meirelles, L.M.R., Cassimiro, L.M.A.A., Silva, A.C., Winter, V.O., Guedes, C.M.C., Casiraghi, B., Saron, M.L.G. (2026). Fatores associados à insatisfação corporal em estudantes de medicina: estudo transversal. *O Mundo Da Saúde*, 50. <https://doi.org/10.15343/0104-7809.202650e18282025P>. *Mundo Saúde*. 2026,50:e18282025.

