

THE EVALUATION OF THE CORPORAL FORM IN RELATION TO THE NUTRITIONAL STATUS

Pia Simona Făgăraș, Assist. Prof., PhD, University of Medicine and Pharmacy, Tîrgu Mureș

Abstract: Aspectul nostru exterior sau modul în care suntem percepuți de către cei din jur nu ne este indiferent. Cum ne simțim în corpul nostru, imaginea pe care ne-o formăm despre el influențează o întreagă serie de comportamente, emoții și cogniții, cu efecte importante asupra stării noastre generale de bine. Imaginea corporală este astfel o reprezentare mentală a percepției propriului corp. O imagine corporală pozitivă presupune că aspectul exterior nu are nici o legătură cu valoarea noastră personală.

În acest studiu se urmărește evaluarea formei corpului, a percepției imaginii propriului corp de către tineri și corelarea acesteia cu statusul nutrițional. Astfel, s-a autoadministrat un chestionar cu privire la forma corpului (Body Shape questionnaire – BSQ16) la un număr de 343 de studenți ai Universității de Medicină și Farmacie din Tîrgu Mureș.

Evaluarea statusului nutrițional s-a realizat printr-o anamneză nutrițională aplicată fiecărui participant la studiu. Datele obținute au fost corelate cu indicii de masă corporală (BMI) și cu indicii abdomen-bazin (WHR).

În urma corelării rezultatelor obținute s-a observat că la subiecții cu un indice de masă crescut sau cei care se găsesc la limita inferioară a acestuia, au preocupări cu privire la forma propriului corp. Există însă și studenți care au raportat disfuncționalități în ceea ce privește percepția propriului corp chiar dacă aveau un indice de masă corporal situat între valori normale.

Cuvinte Cheie: forma corpului, status nutrițional, studenți

Introducere

Imaginea corpului reprezintă percepția pe care o are fiecare persoană asupra propriului corp. Conceptul de imagine corporală a fost descris pentru prima dată de neurologul austriac și psihanalist Paul Schilder în cartea sa „The Image and Appearance of the Human Body” (Schilder, 1935).

Percepția pe care o simțim asupra propriului corp constituie întotdeauna o imagine complexă care este influențată de mai mulți factori: dinamica familiei, boala mintală, predispoziții biologice și cauze de mediu pentru obezitate sau malnutriție și așteptările culturale (de exemplu, mass-media și politică) (Derenne & Beresin, 2006; Hill, 2006; Stice & Whitenton, 2002).

Imaginea corpului este definită de către unii autorii (Grogan, 2006, Slade, 1994; Spurgas, 2005) ca percepția pe care o are o persoană, sentimentele și gândurile despre corpul ei, conceptualizată în estimarea dimensiunilor organismului, a atractivității precum și diferitele emoții asociate cu forma și mărimea.

Când imaginea corpului perceput nu corespunde cu realitatea, dorințele sau normele sociale, atunci este posibil să apară diferite disfuncții (efecte psihologice și efecte fizice).

Există studii care au arătat asocierea dintre statusul nutrițional și dissatisfacția în ceea ce privește imaginea corpului la adolescenți și studenți (Branco et al., 2006; Bosi et al., 2006)

Obezitatea și supraponderalitatea reprezintă o problemă majoră de sănătate în lumea modernă și principalul factor în scăderea speranței de viață și a calității vieții (Crawford et al, 2005), iar una dintre preocupările prioritare ale Organizației Mondiale a Sănătății este prevenția acesteia (WHO,2000).

La adulți, este bine stabilit faptul că o distribuție mai centrală a grăsimii este asociată cu un risc crescut de sănătate (Kissebah AH, Krakower GR.Ş 1994)

Obiective:

În acest studiu se urmărește evaluarea formei corpului, a percepției imaginii propriului corp de către studenți și corelarea acesteia cu statusul nutrițional.

Metode:

Studiul a fost condus pe un număr total de 343 de persoane (47 de gen masculin și 297 de gen feminin), studenți ai Universității de Medicină și Farmacie din Tîrgu Mureș, specializările medicină (MG), farmacie (F), medicină dentară (MD), balneofiziokinetoterapie (BFK) terapie fizică și recuperatorie (TFRF) și educație fizică și sport (EFS).

În vederea investigării statusului nutrițional, fiecărui student participant la studiu i s-au făcut măsurători antropometrice în ceea ce privește talia (T) și greutatea (G), perimetrul abdominal (PABD) și perimetrul bazinului (PB). Astfel, cu ajutorul aparatului Omron BF 306, aparat pentru determinarea compoziției corporale, am determinat indicele de masă corporală (IMC) și cantitatea de țesut adipos din organism (BF%). Pentru determinarea adipozității centripete, se utilizează indicele WHR care se calculează după formula:

$$PABD/PB = WHR \quad (1)$$

Pentru investigarea imaginii corporale s-a autoadministrat un chestionar cu privire la forma corpului (Body Shape Questionnaire – BSQ16), chestionar care cuprinde 16 enunțuri cu privire la forma corpului, modul în care respondentul și-a simțit corpul în ultimele patru săptămâni. Grila de evaluare a chestionarului are 6 trepte, 1 reprezentând niciodată, 2 rar, 3 câteodată, 4 des, 5 foarte des, 6 întotdeauna. Subiecții trebuiau să încercuiască la fiecare frază numărul corespunzător. Interpretarea chestionarului este ilustrată în tabelul de mai jos.

Tabel nr. 1

Mai puțin de 38 de pct	Nu are preocupări privind forma corpului	A
între 38 to 51 pct.	Preocupare usoară privind forma corpului	B
Între 52 to 66 pct.	Îngrijorare moderată privind forma corpului	C
peste 66 pct.	Preocupare marcanta privind forma corpului	D

Toate datele obținute au fost intabelate și prelucrate statistic cu ajutorul softului SPSS 20.0 pentru Windows.

Rezultate:

În tabelul nr. 2 sunt centralizate datele antropometrice legate de înălțimea corporală și greutate în funcție de vârstă și sex.

Tabel nr. 2

	Total subiecți	Fete (N= 297)	Băieți (N=46)
Vârstă	20,98 ± 2,65		
Înălțime	167,55 ± 7,74	165,71 ± 6,25	179,09 ± 5,89
Greutate	60,20 ± 11,35	57,72 ± 9,18	75,83 ± 11,31

În tabelul nr. 3 este prezentată statistica descriptivă a rezultatelor la chestionarul privind forma corpului (BSQ) și ale statusului nutrițional.

Tabel nr. 3

	Std.		N
	Mean	Deviation	
Total	35,9650	12,36525	343
BSQ			
bmi	21,7196	6,31806	343
Body fat	28,1294	7,31000	343
PABD	73,1603	8,67633	343
PB	92,6566	8,42352	343
WHR	,7909	,07590	343

În tabelul nr. 4 este prezentată statistica descriptivă a rezultatelor la chestionarul privind forma corpului (BSQ) pe specializări

Tabel nr. 4

	N	Mean	Std.	Minimu	Maximu
			Deviation	m	m
BFK	39	33,1795	10,79198	18,00	57,00
EFS	20	33,0000	14,33802	17,00	70,00
MG	159	36,7484	12,10658	16,00	80,00
MD	50	33,6400	12,19193	16,00	60,00
F	50	40,1000	13,14169	20,00	72,00
TFRF	25	34,0800	11,66519	17,00	58,00
Total	343	35,9650	12,36525	16,00	80,00

Tabelul nr. 5 prezintă rezultatele procentuale ale chestionarului privind forma fizică

Tabel nr. 5

	Mean ± SD			
F= 297	1.54±0.74			
M = 46	1.30±0.58			
	A	B	C	D
Total participanți N= 343	61,4%	27,2%	9,3%	2,0%

Tabelul nr. 6 prezintă corelația Pearson a rezultatelor chestionarului privind forma corpului și statusul nutrițional.

Tabel nr.6

	IMC	BF%	PABD	PB	WHR
Total BSQ	,088	,418**	,152**	,285**	-,096
IMC		,139**	,453**	,423**	,154**
BF%			,145**	,371**	-,180**
PABD				,663**	,594**
PB					-,193**

** corellation is significant at the 0.01 level

Tabelul nr.7 prezintă analiza comparativă a medilor între genuri.

Tabel nr.7

** corellation is significant at the 0.014 level (SD = 0.24)

Discuții:

Chestionarul privind investigarea formei corpului (BSQ) este utilizat pe scară largă pentru a evalua satisfacția sau insatisfacția față de propriul corp.

În urma analizei rezultatelor obținute putem spune că există corelații pozitive și puternice între imaginea corporală și statusul nutrițional. Astfel, o creștere a IMC-ului determină o creștere a BF%, corelația fiind de .139 la un prag de $p < 0.01$, și o creștere a WHR, corelația fiind de .154 la un prag de $p < 0.01$. Orice creștere a PABD se reflectă prin creșterea WHR, indicele de corelație fiind de .594 la un prag de semnificație de $p < 0.01$. Din analiza comparativă a medilor între genuri (Tabel nr.7) putem spune ca subiecții de gen masculin au o satisfacție mai mare în ceea ce privește imaginea corpului față de subiecții de gen feminin. Studii similare legate de imaginea corpului au arătat că femeile sunt mai predispuse față de bărbați în a vedea modificările de greutate și a-și exprima insatisfacția față de forma corpului (N. Yahia et al., 2011; L. Neighbors and J. Sobal, 2007). Există și studii care dovedesc

contrarul rezultatelor obținute de către noi. Astfel, într-un studiu realizat pe populația studentă din Pakistan (Khan et al., 2011), rezultatele obținute arată că insatisfacția privind forma corpului este mai mare (75,3%) la bărbați comparativ cu femeile (35,0%).

Schimbările fizice, în termeni de formă și dimensiune a corpului, afectează imaginea corporală a persoanei și, implicit, conceptul și stima de sine. Mai mult decât atât, cercetările arată că insatisfacția crescută față de propriul corp reprezintă un predictor al simptomatologiei de tip depresiv, tulburărilor psihosomatice și de comportament alimentar.

Managementul dietetic ar trebui să încurajeze o alimentație sănătoasă, cu un aport adecvat și echilibrat de macro - și micronutrienți. Orice dietă ar trebui personalizată, adaptată în funcție de vârsta, sexul, activitatea și eventual patologia respectivei persoane. (Chirilă, 2013)

Concluzii:

Statusul nutrițional este un bun predictor al insatisfacției în ceea ce privește imaginea corpului. Imaginea corporală joacă un rol important în menținerea sănătății psihologice și a stării de bine.

Studiile viitoare ar trebui să se concentreze și pe ceilalți factori care pot influența imaginea corporală (mass-media, familia).

Acknowledgements: This work was supported by the strategic grant Integrated system for improving the doctoral and postdoctoral research quality in Romania and for promoting the role of science in society". POSDRU/159/1.5/S/133652, co-funded by the European Social Fund through the Sectoral Operational Programme Human Resources Development 2007-2013.

Referințe:

- Crawford, D.; Jeffery, R.W. Obesity Prevention and Public Health , 2005 Edition. Oxford University Press, 2005, p. 3-20.
- Chirilă, I. (2013) - Evaluarea unor metode de management al excesului ponderal la adulți de vârstă tânără și medie, Universitatea de Medicină și Farmacie „Grigore T. Popa” - Iași, Facultatea de Medicină, teză de doctorat
- Cooper PJ, Taylor MJ, Cooper Z, Fairbun CG. The development and validation of the body shape questionnaire. *Int J Eat Disord.* 1987;6(4):485-94.
- Derenne, J.L., & Beresin, E.V. (2006). Body image, media, and eating disorders. *Academic Psychiatry*, 30, 257-261
- Grogan, S. (2006). Body image and health: contemporary perspectives. *J Health Psychol*, 11(4), 523-530.
- Hill, A.J. (2006). Motivation for eating behaviour in adolescent girls: The body beautiful. *Proceedings of the Nutrition Society*, 65, 376-384
- Meltzer, A., Mueller, W., Annegers, J., Grimes, B., & Albright, D. (1988). Weight history and hypertension, *J. Clin. Epidemiol*, 41, 867-874
- Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: A longitudinal investigation. *Developmental Psychology*, 38, 669-678

- Schilder, P. (1935). *The image and appearance of the human body*. Oxford, England: Kegan Paul. (1935). 353 pp.
- Slade PD. (1994). What is body image? *Behav Res Ther.* 1994;32(5): 497-502.
- Spurgas, A. K. (2005). Body image and cultural background. *Sociological Inquiry*, 75 (3), 297-316.
- Branco LM, Hilário MO, Cintra IP. Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Rev Psiquiatr Clin.* 2006;33(6):292-6. [Links]
- Bosi ML, Luiz RR, Morgado CM, Costa ML, de Carvalho RJ. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *J Bras Psiquiatr.* 2006;55(2):108-13.
- Singh D . Adaptive significance of female physical attractiveness: role of waist-to-hip ratio". *J Pers Soc Psychol*, 1993, 65 (2): 293–307. doi:10.1037/0022-3514.65.2.293. PMID 8366421
- Kissebah AH, Krakower GR. Regional adiposity and morbidity. *Physiol Rev* 1994;74:761–811.
- N. Yahia, H. El-Ghazale, A. Achkar and S. Rizk, “Dieting Practices and Body Image Perception among Lebanese University Students,” *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 20, No. 1, 2011, pp. 21-28.
- L. Neighbors and J. Sobal, “Prevalence and Magnitude of Body Weight and Shape Dissatisfaction among University Students,” *Eating Behaviors*, Vol. 8, No. 4, 2007, pp. 429-439. doi:10.1016/j.eatbeh.2007.03.003
- A. N. Khan, S. Khalid, H. I. Khan and M. Jabeen, “Impact of Today’s Media on University Student’s Body Image in Pakistan: A Conservative, Developing Country’s Perspective,” *BMC Public Health*, Vol. 11, No. 5, 2011, pp. 379-385.