

# E-BOOK

## VI JORNADAS DE OBSTETRÍCIA



Por uma vida melhor...

**CESPU - ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE VALE DO AVE**

### FAMALICÃO

28 e 29 de Novembro de 2013

## **Ficha técnica**

EDITOR

**CESPU, CRL: COOPERATIVA DE ENSINO SUPERIOR POLITÉCNICO E UNIVERSITÁRIO**

**Título: VI Jornadas de Obstétrica – Por uma vida Melhor**

COORDENAÇÃO DA EDIÇÃO:

**Albina Sequeira; Catarina Cordeiro; Paula Janeiro & Catarina Amaral**

COMISSÃO EDITORIAL:

**Albina Sequeira; Catarina Cordeiro; Paula Janeiro & Catarina Amaral**

Design:

**António Sequeira**

Divulgação: **VI Jornadas de Obstétrica**

Suporte: **E-book (formato .pdf)**

ISBN: **978-972-99165-3-3**

**Nota:** todos os artigos publicados são propriedade da CESPU pelo que não podem ser reproduzidos para fins comerciais, sem a devida autorização.

A responsabilidade pela idoneidade e conteúdo dos artigos é única e exclusiva dos seus autores.

## ÍNDICE

1.	<b>OBESIDADE INFANTIL: ARTIGO DE REVISÃO</b> -----	4
	Ana Maria Martins Morais	
2.	<b>COMO SE RELACIONAM OS JOVENS COM O SEU CORPO?</b> -----	14
	Maria Isabel Barreiro Ribeiro & António José Gonçalves Fernandes	
3.	<b>INFERTILIDADE: UMA REALIDADE PRESENTE</b> -----	23
	Adriana Jorge da Silva Pereira Vaz Machado & Ângela Marisa Vaz Meira	
4.	<b>ATITUDES E COMPORTAMENTOS DOS JOVENS RELATIVAMENTE AO DESTINO A DAR AOS RESÍDUOS DE MEDICAMENTOS</b> -----	29
	Maria Isabel Barreiro Ribeiro & António José Gonçalves Fernandes	
5.	<b>PROCESSO DE AQUISIÇÃO DE COMPETÊNCIAS: PRÁTICAS PARA A PREVENÇÃO DA INFEÇÃO DO COTO UMBILICAL DO RECÉM-NASCIDO – UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA</b> -----	37
	Graziela Mendes	
6.	<b>A MULHER NO CLIMATÉRIO, QUE INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM</b> ---	47
	Mário Cardoso; Helena Presado; Andrea Carvalho; Dora Carteriro & Tiago Nascimento	
7.	<b>SATISFAÇÃO SEXUAL NA MEIA-IDADE</b> -----	51
	Helena Presado; Mário Cardoso; Andrea Carvalho; Dora Carteriro & Tiago Nascimento	
8.	<b>COMUNICAÇÃO INTRAUTERINA: PROMOÇÃO E INTERVENÇÃO</b> -----	56
	Adriana Jorge da Silva Pereira Vaz Machado & Ângela Marisa Vaz Meira	
9.	<b>ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM FACE AO ABORTAMENTO ESPONTÂNEO</b> -----	63
	Amandina Borges & Teresa Correia	
10.	<b>SABERES E COMPETÊNCIAS DO PAI, COM PREPARAÇÃO PARA O PARTO, DURANTE O TRABALHO DE PARTO E PARTO</b> -----	77
	Olga Maria Telo Pousa	
11.	<b>MAUS –TRATOS FETAIS</b> -----	86
	Leandra Cordeiro	

## 2. COMO SE RELACIONAM OS JOVENS COM O SEU CORPO?

**Maria Isabel Barreiro Ribeiro<sup>1</sup> & António José Gonçalves Fernandes<sup>2</sup>**

- 1) Professora Adjunta do Instituto Politécnico de Bragança, Investigadora do Centro de Estudos Transdisciplinares para o Desenvolvimento, Colaboradora da Unidade de Investigação para o Desenvolvimento do Interior, [xilote@ipb.pt](mailto:xilote@ipb.pt)
- 2) Professor Adjunto do Instituto Politécnico de Bragança, Investigador do Centro de Estudos Transdisciplinares para o Desenvolvimento, [toze@ipb.pt](mailto:toze@ipb.pt)

**RESUMO:** Estudar a perceção que os jovens têm do seu corpo e verificar se existem diferenças de perceção segundo o género são os objetivos deste estudo. Para o efeito, foi conduzido um estudo quantitativo, transversal, analítico e observacional. A recolha de dados foi feita com recurso a um questionário autoadministrado a 1169 estudantes do ensino superior público. Participaram nesta investigação jovens com idades compreendidas entre os 17 e os 29 anos, sendo a maioria do sexo feminino (64,5%). O tratamento dos dados envolveu o uso de estatística descritiva e do teste do Qui-quadrado.

A esmagadora maioria dos jovens considera ter a altura (69,1%) e o peso (55,2%) ideais. No entanto, uma parte significativa não gosta do seu corpo (39%). Quanto se tem em conta o género, verifica-se que são as mulheres que gostariam de ser mais leves ( $p\text{-value}=0,000$ ) e mais altas ( $p\text{-value}=0,000$ ) e os homens os que se sentem mais favorecidos com o seu corpo ( $p\text{-value}=0,000$ ). Por outro lado, os resultados mostraram que, 36,3% dos jovens têm uma imagem positiva do seu corpo, 12,4% consideram ser demasiado magros e 51,2% consideram ter excesso de peso ou obesidade. A imagem negativa em relação ao corpo relaciona-se, nos homens, com o facto de estes considerarem ter pouca massa muscular e nas mulheres com o excesso de peso ou obesidade ( $p\text{-value}=0,000$ ).

A maioria dos jovens estudados estão insatisfeitos com o seu corpo, a adoção de hábitos e comportamentos saudáveis, nomeadamente, uma alimentação cuidada e a prática de exercício físico regular, pode melhorar esta relação.

**Palavras-Chave:** Jovens, Corpo, Imagem corporal, Ensino superior.

## **INTRODUÇÃO**

A imagem corporal tem sido conceitualizada como um constructo multidimensional composto de representações sobre o tamanho e aparência do corpo, além de respostas emocionais associadas ao grau de satisfação suscitado por essas percepções (Ferreira, 2002). Neste sentido, as percepções subjetivas existentes entre o corpo real, percebido e desejado estão intrinsecamente ligadas a processos fisiológicos, psicológicos e sociais (Barros, 2005).

As exigências da vida atual contribuem para a diminuição dos níveis de atividade física (Matsudo, Matsudo, Araújo, Andrade, Andrade, Oliveira & Braggion, 2002) e para o aumento do consumo de alimentos hipercalóricos e industrializados (Andrade, 2003). Esta realidade traduz-se na busca constante pelo corpo perfeito, jovem, esquelético ou musculoso, divulgado constantemente pelos media e apresentado em revistas, cinema e centros comerciais, influenciando a crescente insatisfação das pessoas com a própria aparência (Bosi, Raggio, Morgado, Costa & Carvalho, 2006).

Na gravidez, as mulheres também são afetadas na sua autoimagem e na sua autoestima, em decorrência das mudanças corporais que se refletem no pós-parto. Sendo o ganho de peso corporal o principal fator causador da deformação da imagem da mulher. Contudo, apesar de ser um único corpo, as mulheres demonstram uma divisão entre o corpo enquanto mãe (durante a gravidez) que pode ser gordo, sendo aceito naturalmente pela sociedade, e a idealização de um corpo de mulher depois do nascimento, devendo ser magro, compatível com os padrões estéticos atuais (Araújo, Salim, Gualda, & Silva, 2013).

Conhecer como é percebida a relação dos jovens com o seu corpo e verificar se existem diferenças de percepção segundo o género são os objetivos deste estudo.

## **METODOLOGIA**

Nesta secção descreve-se a metodologia usada no estudo, nomeadamente, no que concerne a participantes, instrumentos e procedimentos.

### **Participantes**

Participaram nesta investigação, de natureza quantitativa e transversal, 1169 jovens de um total de 5200 alunos. Foi recolhida, uma amostra probabilística aleatória estratificada por unidade científica do curso académico frequentado pelos jovens. Os jovens tinham idades compreendidas entre os 17 e os 29 anos, sendo a maioria do sexo feminino (64,5%).

Relativamente ao IMC a prevalência de excesso de peso e obesidade foi de 14,9% e 2,9%, respetivamente (tabela 1).

**Tabela 1 - Frequências (Género, IMC, Área científica do curso e Ano académico) e medidas de tendência central e de dispersão (idade)**

Variáveis	Grupos	Frequências (n=1169)	
		%	n
Género	Masculino	64,5	754
	Feminino	35,5	415
IMC	Baixo peso	5,2	61
	Normal peso	77	900
	Excesso peso	14,9	174
	Obesidade	2,9	34
Área científica do curso	Tecnologias e Turismo	21,6	252
	Educação	21,5	251
	Agricultura	20,4	238
	Saúde	22,1	258
	Tecnologias	14,5	170
Ano académico	1º ano	34,6	405
	2º ano	36	421
	3º ano	27,5	321
	4º ano	1,9	22
Medidas de tendência central e de dispersão relativas à idade			
Média = 20,9 DP $\pm$ 2,1 Moda= 20 Mediana = 21 Mínimo = 17 Máximo = 29			

Os jovens frequentavam um curso superior do 1º ciclo e estavam distribuídos por área científica da forma que se segue: 22,1% Saúde, 21,6% Tecnologias e Turismo, 21,5% Educação, 20,4% Agricultura e 14,5% Tecnologias.

## Instrumentos

Na recolha de dados foi utilizado um questionário que foi autoadministrado a jovens estudantes que frequentavam um curso superior numa instituição pública localizada no Nordeste Transmontano. Na recolha de dados, efetuada em contexto de sala de aula, entre os meses de maio e junho de 2011, foi utilizado como instrumento um questionário que continha questões fechadas sobre as características de natureza pessoal (género, idade), antropométrica (peso e altura reais), académica (área do curso e ano frequentado). Para avaliar a perceção da imagem corporal atual e ideal foi utilizada a Escala de Silhuetas proposta por Stunkard, Sorenson & Schlusinger (1983) a qual representa um *continuum* desde a magreza (silhueta 1) até à obesidade severa (silhueta 7). Nesta escala, cada respondente escolheu o número da silhueta que considerava mais semelhante à sua imagem atual e a que percecionava como ideal. Deste modo a insatisfação com a imagem

corporal foi determinada pela diferença entre a auto percepção da imagem ideal e da imagem atual.

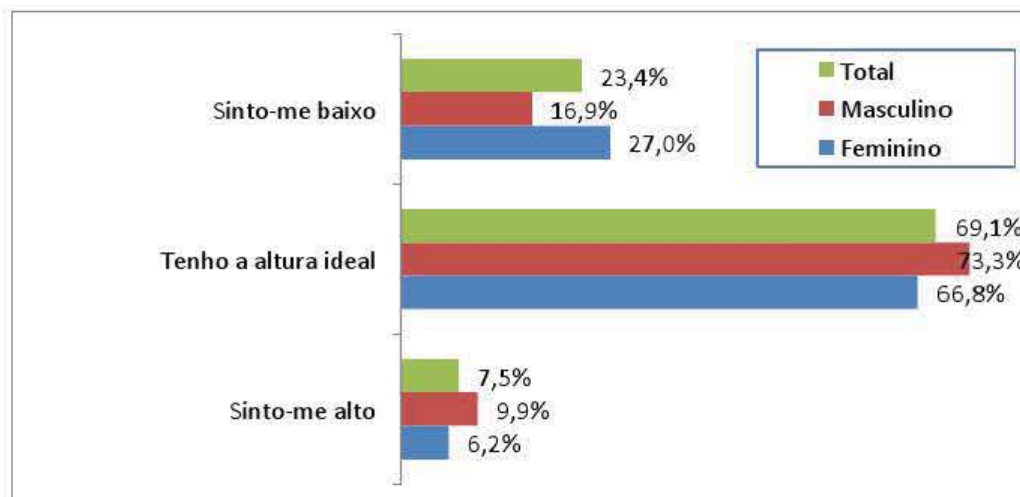
Para classificar o estado nutricional foram utilizados os valores do Índice de Massa Corporal classificado de acordo com critério da Organização Mundial de Saúde (1998).

## Procedimentos

Os dados foram editados e tratados com recurso ao *software* estatístico SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versão 21.0. O tratamento de dados envolveu o cálculo de frequências absolutas e relativas; medidas tendência central (média, moda e mediana) e medidas de dispersão (mínimo, máximo e desvio padrão). Para estudar a relação entre duas variáveis nominais foi utilizado o teste do Qui-Quadrado (Maroco, 2003). O nível de significância utilizado no teste foi de 5%.

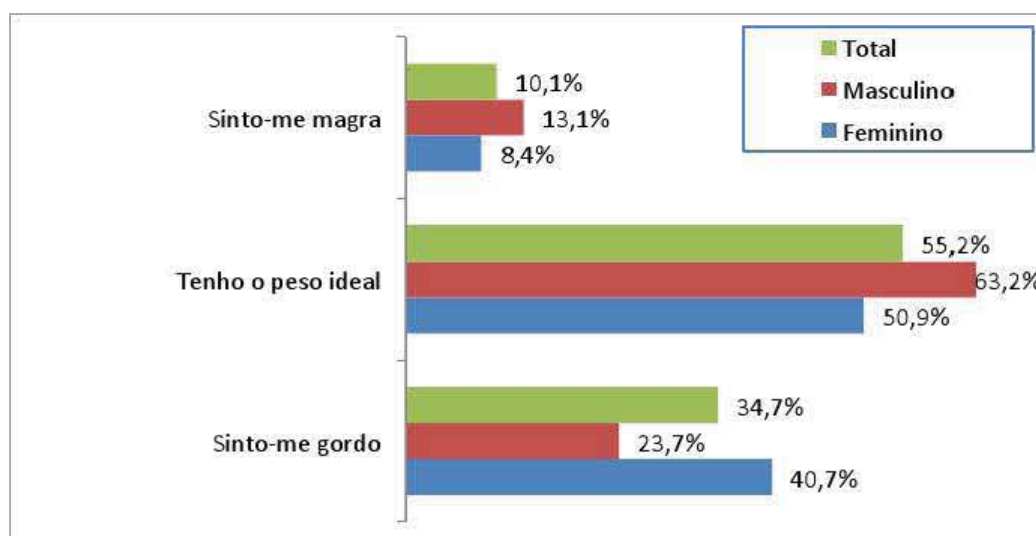
## ANÁLISE DOS RESULTADOS

Como pode ver-se na figura 1, a esmagadora maioria dos jovens considera ter a altura ideal (69,1%), registando-se uma satisfação ligeiramente superior no género masculino (77,3%) comparativamente ao género feminino (66,8%).



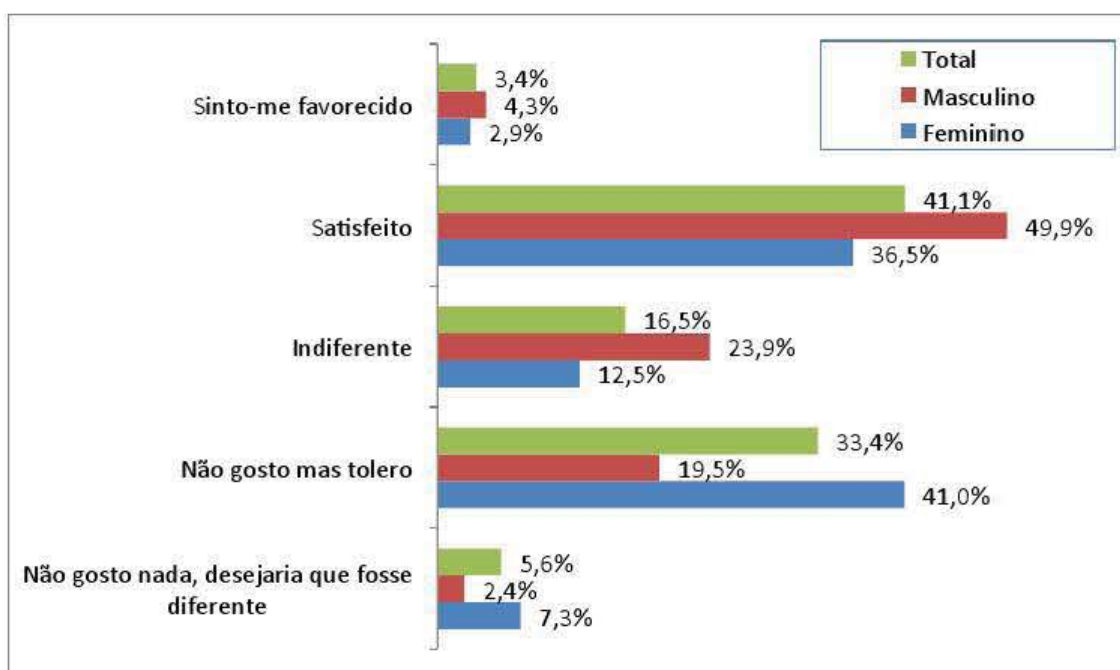
**Figura 1- Percepção dos jovens em relação à sua altura**

Tendo em conta o peso real, a maioria considera ter o peso ideal (55,2%). São as mulheres que em maior proporção consideram ter mais peso do que o deveriam ou gostariam de ter (40,7%) (figura 2).



**Figura 2- Percepção dos jovens em relação ao seu peso**

No que diz respeito ao corpo, uma parte significativa não gosta do seu corpo (39%). Destes, 41% não gosta mas tolera e 7,3% gostaria mesmo de ter um corpo diferente (figura 3).

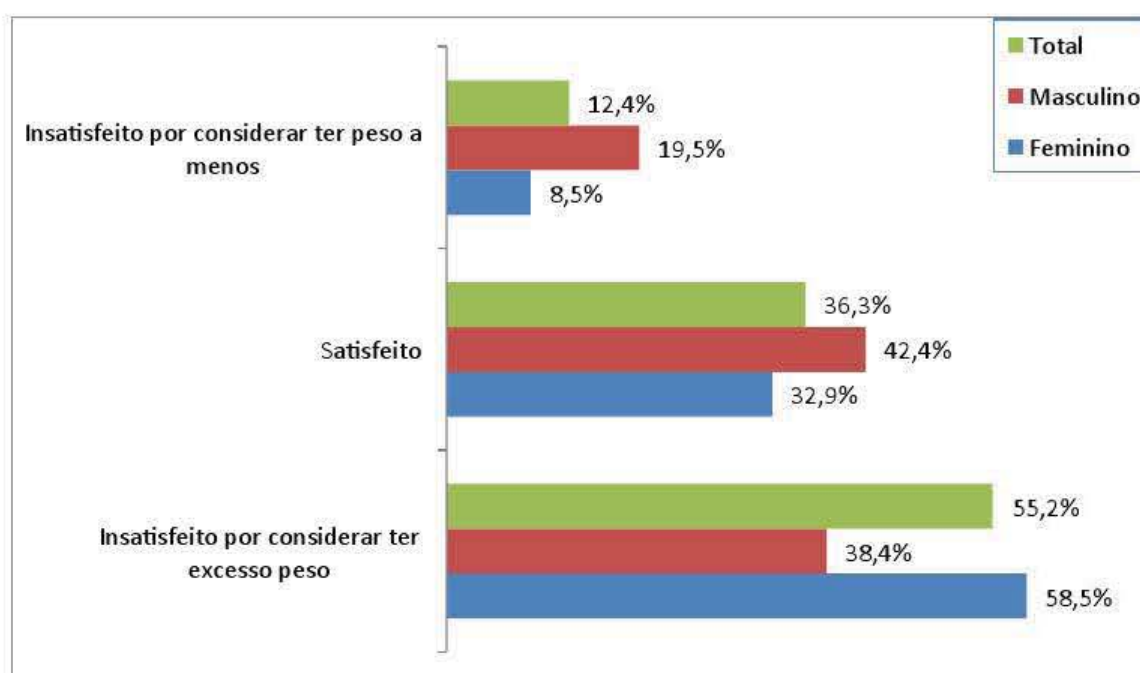


**Figura 3 - Percepção dos jovens em relação ao seu corpo**

Comparando a proporção de inquiridos do género masculino com a proporção de inquiridos do género feminino quanto à sua relação com o peso, altura e corpo, os resultados mostram

que são as mulheres que gostariam de ser mais leves ( $p\text{-value}=0,000$ ) e mais altas ( $p\text{-value}=0,000$ ) enquanto que os homens são os que se sentem mais favorecidos com o seu corpo ( $p\text{-value}=0,000$ ).

Por fim, os resultados mostraram que, 36,3% dos jovens têm uma imagem positiva do seu corpo, 12,4% consideram ser demasiado magros e 51,2% consideram ter excesso de peso ou obesidade (figura 4). A imagem negativa em relação ao corpo relaciona-se, nos homens, com o facto de estes considerarem ter pouca massa muscular e nas mulheres com o excesso de peso ou obesidade ( $p\text{-value}=0,000$ ).



**Figura 4 -Grau de (in)satisfação dos jovens com a sua imagem corporal**

## DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Nesta investigação observou-se que a maioria dos jovens considera ter a altura (69,1%) e o peso (55,2%) ideais e uma parte significativa não gosta do seu corpo (39%). Por outro lado, 36,3% dos jovens têm uma imagem positiva do seu corpo, 12,4% consideram ser demasiado magros e 51,2% consideram ter excesso de peso ou obesidade. Também se verificou, na presente investigação, que a relação com o corpo e com a imagem corporal estava associada ao género, normalmente, são os indivíduos do género masculino que, em maior proporção, mantêm uma relação positiva com o seu corpo e com a sua imagem corporal. De acordo com Bittencourt, Aerts, Denise, Alves, Palazzo, Monteiro, Vieira & Freddo (2009), os jovens, especialmente, os do sexo feminino, apresentam, em maior proporção insatisfação com a sua imagem corporal. O anseio de perder peso e de alterar a

sua imagem corporal faz com que muitos dos jovens insatisfeitos adotem comportamentos de risco, nomeadamente, hábitos alimentares anormais, automedicação e outras práticas inadequadas. Segundo Rodrigues (2013), os distúrbios alimentares apresentam-se como um dos fatores de risco para o desenvolvimento e manutenção de perturbações alimentares.

A prática de exercício físico regular está associado à imagem corporal. Na opinião de Gonçalves, Campana & Tavares (2012), deverão ser desenvolvidas intervenções que poderão ser projetadas de maneira mais eficaz e cuidadosa para que o exercício ajude a conseguir e a manter uma relação mais satisfatória dos jovens com o seu corpo.

A escala de silhuetas constitui um instrumento bastante eficaz para avaliar o grau de insatisfação com o peso e as dimensões corporais na avaliação da componente perceptiva da imagem corporal (Gardner, Friedman & Jackson, 1998; Gardner, Stark, Jackson & Friedman, 1999).

Durante a gravidez a prática de atividade física regular ou de modalidades de exercício de baixo rendimento, nomeadamente, a natação, hidroginástica, caminhada e bicicleta ergométrica aumentam o conforto e o bem-estar da gestante e do bebé em formação (Ninfa, Moreira, Oliveira & Teodoro (2013) uma vez que a prática de atividade física e de modalidades desportivas apresentam um efeito protetor sobre a saúde mental e emocional da mulher durante e depois da gravidez (Lima & Oliveira, 2005). Para além disso, a atividade física pode ajudar na formação de uma imagem corporal, com objetivo de melhorar a autoestima e na qualidade de vida (Oliveira, Lopes, Longo & Pereira & Zubab, 2007). E, porque as mudanças durante a gravidez não são somente corporais, são também sociais e psicológicas, compreender as experiências das mulheres torna-se de extrema importância para o desenvolvimento de ações em saúde e ensino da enfermagem e obstetrícia (Araújo, Salim, Gualda, & Silva, 2013).

## **CONCLUSÕES**

A satisfação e insatisfação com a imagem corporal estão associadas ao género. A imagem negativa em relação ao corpo relaciona-se nos homens com o facto de estes considerarem ter pouca massa muscular e nas mulheres com o excesso de peso ou obesidade. Uma parte significativa dos jovens estudados estão insatisfeitos com o seu corpo, a adoção de hábitos e comportamentos saudáveis, nomeadamente, uma alimentação cuidada e a prática de exercício físico regular, pode melhorar esta relação.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade A. & Bosi M. (2003). Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. *Revista de Nutrição*. 16 (1), 117-125.
- Araújo, N., Salim, N., Gualda, D. & Silva, L. (2013). Corpo e sexualidade na gravidez. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. 46 (3), 552-558.
- Barros, D. (2005). Imagem corporal: a descoberta de si mesmo. *História, Ciências, Saúde*. 12: (2), 547-54.
- Bittencourt, A.; Aerts, Denise R.; Alves, G.; Palazzo, L.; Monteiro, L.; Vieira, P.; & Freddo, S. (2009). Sentimento de discriminação em estudantes: prevalência e fatores associados. *Revista de Saúde Pública*, 43(2): 236-245.
- Bosi, M., Raggio, R., Morgado, C., Costa, M. & Carvalho, R. (2006). Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. 55 (2), 108-113.
- Ferreira, M. & Leite, N. (2002). Adaptação e validação de um instrumento de avaliação da satisfação com a imagem corporal. *Avaliação psicológica*. 1 (2), 141-149.
- Gardner, R. M., Friedman, B. N., & Jackson, N. T. (1998). Methodological concerns when using silhouettes to measure body image. *Perceptual and Motor skills*, 86, 387-395.
- Gardner, R. M., Friedman, B. N., Stark, K., & Jackson, N. A. (1999). Body-size estimations in children six through fourteen: a longitudinal study. *Perceptual and Motor Skills*, 88(2), 541-555.
- Gonçalves, C.; Campana, A. & Tavares, M. (2012). Influência da atividade física na imagem corporal: Uma revisão bibliográfica. *Motricidade*, 8 (2): 70-82.
- Lima, F. & Oliveira, N. (2005). Gravidez e Exercício. *Revista Brasileira de Reumatologia*. 45 (3), 188-90.
- Maroco, J. (2003). *Análise Estatística com utilização do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Matsudo, S., Matsudo, V., Araújo, T., Andrade, D., Andrade, E., Oliveira, L. & Braggion, G. (2002). Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. *Revista Brasileira Ciência e Movimento Humano*. 10 (4), 41-50.

Ninfa, N., Moreira, O., Oliveira, C. & Teodoro, B. (2013). A importância dos exercícios físicos para gestantes. *Revista eletrônica das faculdades Sudamérica*. Acedido dezembro 9, 2013, em <http://www.sudamerica.edu.br/revista/?p=67>

Oliveira, C., Lopes, M., Longo, E., Pereira, L. & Zubab, M. (2007). Efeitos da cinesioterapia no assoalho pélvico durante a gravidez. *Clinics*. 62 (4), 439-46.

Rodrigues, A. (2013). "Um eu que não quero!" Imagem corporal, bulimia nervosa e ACT: uma abordagem funcional. *Psicologia*. Portal dos psicólogos. ISSN: 1546-6977.

Stunkard A., Sorenson, T., Schlusinger, F. (1983). Use of the Danish Adoption register for the study of obesity and thinness. In: S. Kety, L. Rowland, R. Sidman & S. Mathysse (Eds.). *The genetics of neurologic and psychiatric disorders*. (115-120). New York