



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

O impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia
Clínica e da Saúde**

Sandrina Lopes Quinteiro

Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

OUTUBRO, 2022



CATOLICA

FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS SOCIAIS

BRAGA

O impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses

Dissertação de Mestrado apresentada à
Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de mestre em **Psicologia
Clínica e da Saúde**

Sandrina Lopes Quinteiro

Sob a Orientação da Prof.^a Doutora **Ângela
Maria Pereira e Sá Azevedo**

Agradecimentos

A realização desta investigação exigiu esforço, persistência, dedicação e resiliência. Concluo mais uma etapa com a certeza de que evoluí muito enquanto pessoa e profissional.

Não posso deixar de agradecer profundamente à Professora Dra. Ângela Sá Azevedo por tudo aquilo que me transmitiu, salientando que toda a exigência e rigor contribuíram para a minha evolução. Sou grata pela disponibilidade e dedicação da professora.

Deixar também um enorme agradecimento aos Excelentíssimos Diretores das escolas onde recolhi dados e aos professores dessas mesmas escolas, que me auxiliaram e permitiram a recolha de dados junto dos seus alunos.

A todos os adolescentes que preencheram o meu questionário, obrigado! Sem a vossa disponibilidade não teria sido possível.

Para terminar, agradecer ainda à minha família, ao meu namorado e às minhas amigas pelo apoio incondicional.

Resumo

Com o principal objetivo de estudar o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em conta as variáveis principais e as suas características sociodemográficas, recorreu-se a uma amostra de 311 adolescentes, 202 do género feminino e 109 do género masculino, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos.

Os instrumentos utilizados para analisar as variáveis principais foram a Escala de Autoestima de Rosenberg e o Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal.

Os resultados obtidos demonstram que quanto mais elevada a autoestima, mais elevada a satisfação com a imagem corporal dos adolescentes. Para além disso, os jovens percecionavam níveis superiores de autoestima antes da Covid-19 comparativamente com o período pós-Covid-19, o que significa que a autoestima foi impactada negativamente com a Covid-19.

O facto deste estudo avaliar a autoestima e a satisfação com a imagem corporal dos adolescentes, atendendo às suas perceções antes da Covid-19 e aquilo que sentem no pós-Covid-19 assume-se como um enorme contributo para a literatura, dada a importância dos construtos mencionados e da relevância de estudar o impacto da Covid-19 nos mesmos.

Palavras-chave: Autoestima; Satisfação com a imagem corporal; Adolescentes; Covid-19.

Abstract

With the main goal of studying the impact of Covid-19 on self-esteem and satisfaction with body image in Portuguese adolescents, as well as characterizing the sample considering the main variables and their sociodemographic characteristics, was used a sample of 311 teenagers, 202 female and 109 male, aged between 12 and 18.

The instruments used to analyze the main variables were the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Body Image Satisfaction Questionnaire.

The obtained results demonstrate that the higher the self-esteem, the higher the satisfaction with the adolescents' body image. In addition to that, it stands out the fact that young people perceived higher levels of self-esteem before Covid-19 compared to the post-Covid-19 period, which means that Covid-19 had a negative impact on self-esteem.

The fact that this study assesses adolescents' self-esteem and satisfaction with the body image, considering their perceptions before Covid-19 and what they feel after Covid-19, is assumed to be a huge contribution to the literature, given the importance of the mentioned constructs and the relevance of studying the impact of Covid-19 on them.

Keywords: Self-esteem; Satisfaction with body image; Teenagers; Covid-19.

Índice

Introdução	9
Enquadramento teórico.....	12
1. Conceptualização teórica da autoestima	12
1.1. O desenvolvimento da autoestima nos adolescentes.....	15
2. Conceptualização teórica da imagem corporal	16
2.1. A satisfação com a imagem corporal na adolescência	18
3. Estado de arte acerca das variáveis principais e das variáveis sociodemográficas. 20	
3.1. A relação entre a autoestima e as variáveis sociodemográficas.....	20
3.2. A relação entre a satisfação com a imagem corporal e as variáveis sociodemográficas.....	24
3.3. A relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal	30
4. Metodologia.....	32
4.1. Desenho de investigação.....	32
4.2. Objetivos gerais e específicos.....	32
4.3. Hipóteses.....	33
4.4. Questões de investigação	34
4.5. Caracterização da amostragem	35
4.6. Instrumentos.....	36
4.6.1. Questionário sociodemográfico.....	36
4.6.2. Escala de autoestima de Rosenberg (Santos & Maia, 2003) - (<i>RSES</i>).....	36
4.6.3. Questionário de satisfação com a imagem corporal (Abrantes, 1998) - (<i>BISQ</i>)	37
4.7. Procedimentos.....	38
4.8. Descrição da amostra	39
5. Apresentação e Discussão dos Resultados	41
5.1. Descrição da autoestima e da satisfação com a imagem corporal	41
5.2. Autoestima e o género	42

5.3. Autoestima e o ano de escolaridade.....	44
5.4. Autoestima e o curso.....	47
5.5. Autoestima e a prática de exercício físico	49
5.6. Satisfação com a imagem corporal e o género.....	50
5.7. Satisfação com a imagem corporal e a idade	56
5.8. Satisfação com a imagem corporal e o ano de escolaridade.....	58
5.9. Satisfação com a imagem corporal e a localidade de residência	62
5.10. Satisfação com a imagem corporal e a prática de exercício físico	65
5.11. Autoestima e a satisfação com a imagem corporal.....	69
5.12. Autoestima pré e pós-Covid-19	71
5.13. Satisfação com a imagem corporal pré e pós-Covid-19	72
Conclusão	76
Referências Bibliográficas.....	79

Índice de Anexos

Anexo 1 - Cronograma.....	88
Anexo 2 - Questionário Sociodemográfico (3º ciclo)	90
Anexo 3 - Questionário Sociodemográfico (Ensino Secundário).....	92
Anexo 4 - Escala de autoestima de Rosenberg (antes da Covid-19).....	94
Anexo 5 - Escala de autoestima de Rosenberg (pós-Covid-19).....	96
Anexo 6 - Questionário de satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19)..	98
Anexo 7 - Questionário de satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19).....	100
Anexo 8 - Pedido de autorização para recolha de dados ao Sr. Diretor (3º ciclo).....	102
Anexo 9 - Pedido de autorização para recolha de dados ao Sr. Diretor (Secundário)	104
Anexo 10 - Documento informativo para os alunos.....	106
Anexo 11 - Pedido de autorização aos encarregados de educação (3º ciclo).....	108
Anexo 12 - Pedido de autorização aos encarregados de educação (Secundário).....	110
Anexo 13 - Descrição das variáveis principais do estudo.....	112

Anexo 14 - Valores de assimetria, curtose e <i>Kolmogorov-Smirnov</i> ^a	115
Anexo 15 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e gênero.....	119
Anexo 16 - Satisfação com a imagem corporal e gênero.....	121
Anexo 17 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e idade.....	123
Anexo 18 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e idade (Anova).....	126
Anexo 19 - Satisfação com a imagem corporal e idade.....	128
Anexo 20 - Satisfação com a imagem corporal e idade (Anova).....	131
Anexo 21 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e ano de escolaridade	133
Anexo 22 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e ano de escolaridade (Anova).....	136
Anexo 23 - Satisfação com a imagem corporal e ano de escolaridade.....	138
Anexo 24 - Satisfação com a imagem corporal e ano de escolaridade (Anova)....	141
Anexo 25 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e localidade de residência.....	143
Anexo 26 - Satisfação com a imagem corporal e localidade de residência.....	145
Anexo 27 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e prática de exercício físico.....	147
Anexo 28 - Satisfação com a imagem corporal e prática de exercício físico.....	149
Anexo 29 - Percepção da Autoestima e Percepção da Satisfação com a imagem corporal.....	151
Anexo 30 - Autoestima e Satisfação com a imagem corporal	154
Anexo 31 - Percepção de Satisfação com a imagem corporal e satisfação com a imagem corporal.....	157

Índice de Abreviaturas

RSES - Rosenberg Self-Esteem Scale

BISQ - Body Image Satisfaction Questionnaire

Introdução

A presente dissertação pretende verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em conta as variáveis principais e as suas características sociodemográficas.

A autoestima é uma autoavaliação que implica um sentimento de valor, que abarca a componente afetiva e se expressa através de uma aprovação ou reprovação do sujeito em relação a si mesmo (Kaplan, 2013). Tendo em consideração que a adolescência se assume como uma fase fulcral no que concerne ao desenvolvimento do sujeito e à consolidação da sua autoestima, constata-se a pertinência do estudo deste construto nesta fase da vida (Duclos et al., 2006).

Para além do mais, a adolescência caracteriza-se como um período com particularidades únicas no ciclo de vida e no qual ocorrem modificações biopsicossociais que têm um papel crucial no desenvolvimento da autonomia e na construção da identidade do jovem (Marques et al., 2016). Neste período de tempo, a construção da identidade pessoal integra inevitavelmente a relação do sujeito com o seu próprio corpo. Essa relação concebe-se através da representação mental que o jovem detém acerca do seu corpo, isto é, através da sua imagem corporal (Mendes, 2016).

De acordo com Grilo e colaboradores (1994 cit in Aguiar, 2014), a imagem corporal é um componente primordial e central na construção da autoestima do adolescente, sendo que uma baixa autoestima estará, na maior parte dos casos, associada a uma insatisfação com a imagem corporal, e uma elevada autoestima associada a uma satisfação com a imagem corporal. Segundo Holsen e colaboradores (2012) a satisfação com a imagem corporal é conceptualizada como o grau em que o indivíduo se encontra satisfeito com a sua aparência física, principalmente com o seu peso e as suas formas corporais. O sujeito encontra-se bem consigo mesmo, apresentando uma opinião favorável acerca da sua imagem ou da perceção que tem acerca do seu corpo e das suas características corporais (Santos & Gonçalves, 2020). No estudo desenvolvido por Anastácio (2012), que engloba 188 adolescentes com idades compreendidas entre os 13 os 17 anos constatou-se a existência de uma relação extremamente significativa e positiva entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal. Estes resultados indicam que à medida que uma das variáveis aumenta, a outra também aumenta, ou seja, quanto maiores os níveis de autoestima, maiores os níveis de satisfação com a

imagem corporal, ou vice-versa. Destacam-se também outros estudos que evidenciaram a existência de uma relação significativa entre as variáveis, nomeadamente o estudo de Anastácio e Carvalho (2006), Araújo (2001) e Carvalho e Carquejo (2004). Assim sendo, considera-se adequado relacionar estes dois construtos, não só com o intuito de verificar a existência de uma relação entre as variáveis, mas também com o propósito de caso essa relação se verificar, perceber qual o sentido da sua orientação.

Ao mesmo tempo, atendendo à situação pandémica denominada coronavírus 2019 (Covid-19), concebe-se a necessidade de explorar esta problemática. Este surto representou uma ameaça significativa ao sistema de saúde global em todo o mundo. Como declara o relatório das Nações Unidas, embora a crise da Covid-19 seja, em primeira instância, uma crise de saúde física, ela também tem as sementes de uma grande crise de saúde mental, se não forem tomadas medidas (Nações Unidas, 2020). Como exposto anteriormente, percebe-se que a adolescência se assume como uma etapa de transformações a todos os níveis e sendo vivida em período de pandemia Covid-19 pode ter tornado esta fase mais complexa, trazendo repercussões para os jovens. Posto isto torna-se oportuno verificar de que forma esta pandemia afetou a autoestima e a satisfação com a imagem corporal dos jovens.

Este estudo encontra-se dividido em duas partes, uma parte teórica e outra parte empírica. A parte teórica divide-se em 3 capítulos abordados. No primeiro capítulo, cujo foco é a autoestima, são abordados os seguintes pontos: caracterização do construto, considerações pertinentes de alguns autores acerca do tema, e desenvolvimento da autoestima, principalmente na adolescência. No segundo capítulo, cujo foco é a imagem corporal, serão tratados os seguintes tópicos: breve exposição do início do estudo da imagem corporal, caracterização da imagem corporal, principais aspetos que se revelam importantes para a construção da imagem corporal e satisfação com a imagem corporal na fase da adolescência. E por último, no terceiro capítulo, denominado como estado de arte, são descritos os estudos que estabelecem ligações entre as variáveis principais e as variáveis sociodemográficas e as investigações que se centraram no estudo das variáveis principais.

A parte empírica é composta por dois capítulos: o capítulo da Metodologia, que engloba os seguintes pontos: desenho de investigação, objetivos gerais e específicos, hipóteses, questões de investigação, caracterização da amostragem, instrumentos, procedimentos e descrição da amostra e o capítulo da apresentação e Discussão dos

Resultados. Por fim, é apresentada uma conclusão, que incorpora as conclusões gerais do estudo, as contribuições do mesmo para a prática psicológica, as suas limitações bem como sugestões para investigações futuras. Destaca-se que ao longo da execução do presente estudo, se considerou o cronograma estabelecido previamente, de modo a cumprir as tarefas propostas (Anexo 1).

Enquadramento teórico

O enquadramento teórico diz respeito à revisão da literatura das temáticas abordadas. Inicialmente será conceptualizado e caracterizado o construto da autoestima e posteriormente o foco centrar-se-á na imagem corporal, mais especificamente na satisfação com a mesma. Por fim, serão explanados os estudos realizados ao nível das variáveis principais e das variáveis sociodemográficas.

1. Conceptualização teórica da autoestima

A autoestima assume-se como um dos construtos mais estudados na psicologia, ocupando um lugar central em diversas áreas da investigação psicológica (Rosenberg et al., 1995 cit in Fernandes, 2012). O conceito remete para a avaliação subjetiva que o indivíduo faz de si mesmo, considerando vários aspetos como o género, a idade, estado de saúde, aspeto físico e aspetos sociais. Por outro lado, também está associado com a aceitação e valorização do indivíduo por parte dos sujeitos que este considera significativos para a sua vida (Aguar, 2014). Segundo Coopersmith (1967 cit in Avanci et al., 2007) a autoestima traduz uma atitude de aprovação ou de recusa de si e incorpora o autojulgamento relativamente ao próprio valor e à própria competência. Da mesma forma, Kaplan (2013) remete a autoestima como sendo uma autoavaliação, implicando um sentimento de valor que abarca a componente afetiva e se expressa através de uma aprovação ou rejeição em relação ao próprio.

De acordo com Serra (1986), a autoestima consiste em um processo avaliativo que o indivíduo estabelece acerca das suas qualidades, virtudes, desempenhos ou valores morais. Para o autor, a autoestima modifica-se ao longo do desenvolvimento do sujeito, de acordo com o julgamento que este faz de si próprio nos domínios biológico, familiar, social e individual. Esta autoavaliação encontra-se associada aos fenómenos de compensação ou de descompensação emocional do indivíduo. Posto isto, quanto mais favorável for a avaliação do indivíduo em relação a si, mais elevada será a sua autoestima, e quanto mais desfavorável, mais baixa. Por sua vez, de uma forma sucinta, Dias e Fontaine (2001, p.270) apresentam a autoestima como o “*sentimento de se estar satisfeito consigo próprio e de se ter globalmente valor como pessoa.*”

Stanley Coopersmith foi um dos primeiros autores que se interessou pelo estudo da autoestima com o trabalho denominado “*The antecedentes of self-esteem*” (Gobitta & Guzzo, 2002 cit in Silva, 2018). De acordo com o próprio, existiam quatro motivações

para a formação da autoestima, sendo elas a competência, que se caracteriza pela capacidade de o indivíduo conseguir alcançar com êxito os seus objetivos; a virtude, que tange a adesão a normas morais; a significância, que se refere à aceitação por parte de outros considerados significativos para a pessoa; e o poder, que diz respeito à capacidade de influenciar os outros (Feliciano, 2010).

Não obstante, torna-se pertinente salientar Rosenberg (1979) como a maior influência no estudo da autoestima, tendo criado a escala mais aplicada na avaliação da autoestima global, denominada *Rosenberg Self-Esteem Scale* (Rosenberg, 1965). De acordo com Rosenberg (1965, p.30) a autoestima é “*uma atitude positiva ou negativa relativamente a um objeto particular, a saber, o self*”. Crê que a autoestima global simboliza a soma de juízos de valor que um sujeito produz acerca de si próprio, representando uma avaliação global das várias componentes da autoestima, sendo ela o valor pessoal, o respeito por si mesmo, o amor próprio e a autoconfiança (Rosenberg, 1986). Quando os sujeitos se julgam pessoas de valor, respeitadores de si mesmos por aquilo que são, não se sentindo, obrigatoriamente, superiores aos demais, caracterizam-se como indivíduos com autoestima elevada. Por outro lado, quando se desvalorizam, se sentem insatisfeitos e se faltam ao respeito a si próprios, retratam a sua baixa autoestima (Santos & Maia, 2003). De salientar, que de acordo com Rosenberg (1978) um indivíduo que apresenta baixa autoestima tem tendência a seguir padrões negativos de comportamento (consumo de álcool, tabaco e/ou drogas), como forma de revolta contra a sociedade, sentindo-se com a autoestima mais elevada à medida que concretiza tais comportamentos.

Para além de Rosenberg, há outros autores a posicionarem-se relativamente aos níveis existentes de autoestima e aos seus significados. Segundo Avanci e colaboradores (2007), a autoestima pode ser avaliada de acordo com os níveis baixo, médio e alto. Os sujeitos com baixa autoestima mobilizam-se com o intuito de evitarem ser rejeitados, ou fracassarem, preocupando-se essencialmente com a sua proteção. Habitualmente os indivíduos com uma autoestima reduzida sentem-se incompetentes, incapazes e inadequados em relação à vida, podendo ter efeitos nefastos ao nível do funcionamento social (Feliciano, 2010). No que concerne à autoestima média, salienta-se uma oscilação entre o sentimento de adequação ou inadequação, verificando-se comportamentos inconsistentes por parte dos sujeitos que apresentam este nível de autoestima (Avanci et al., 2007). Por outro lado, os indivíduos com uma elevada autoestima sentem-se estáveis

emocionalmente, com capacidade para liderar, menos ansiosos, mais resilientes face aos problemas e mais satisfeitos com a vida (Quiles & Espada, 2009). Ressalta-se ainda que uma autoestima elevada se expressa através de um sentimento de confiança e competência (Avanci et al., 2007).

A autoestima desenvolve-se de acordo com três fontes de informação: o conhecimento instantâneo acerca do eu, a informação acerca do self oriunda dos juízos por parte de outros indivíduos e a forma como pensamos que as pessoas que nos são significativas nos veem (Rosenberg, 1979). Grande parte das definições acerca da formação da autoestima podem estar abrangidas em três grandes modelos: o modelo da aceitação social, que sugere que a aceitação dos outros origina a autoestima, o modelo de competência, que propõe que a autoestima é baseada na percepção de competência em certas áreas da vida e o modelo de preocupação cultural-pessoal, que afirma que a cultura despoleta um foco no “eu” que direciona o sujeito a uma autoestima elevada (André & Lelord, 2000).

A autoestima é um conceito mutável e dinâmico que está em constante evolução ao longo da vida, atendendo aos objetivos de vida do próprio, aos seus projetos, ao seu nível de aceitação para consigo e ao valor que atribui aos outros e a si próprio, sendo este último o aspeto indispensável da autoestima (Aguilar, 2014). Como é expectável, ocorrem oscilações na autoestima dos indivíduos no decorrer da sua vida fruto das suas alterações corporais, das transformações do meio social onde o próprio habita, de todas as mudanças que ocorrem na adolescência e da chegada da velhice (Chung et al., 2014). De acordo com os autores mencionados anteriormente, as alterações mais significativas manifestam-se na transição da infância para a adolescência e, mais tarde, na transição para a fase adulta. Na primeira situação, a autoestima vai diminuir, dado que, vão surgir acontecimentos importantes que podem abalar o adolescente. Posteriormente, ao chegar à idade adulta, a autoestima aumenta, voltando a sofrer um declínio mais tarde com a chegada da velhice, tendo em consideração as mudanças que terão de ser encaradas nesta fase. Visto que o presente estudo se centra nos adolescentes, o tópico seguinte abordará mais profundamente o desenvolvimento da autoestima nesta fase da vida, remetendo para os acontecimentos de vida mais impactantes para os jovens na adolescência.

1.1. O desenvolvimento da autoestima nos adolescentes

Tendo em consideração que a adolescência se assume como uma fase fulcral no que concerne ao desenvolvimento do sujeito e à consolidação da sua autoestima, constata-se a pertinência do estudo deste construto nesta fase da vida (Duclos et al., 2006).

Como já foi enfatizado no tópico anterior, a autoestima revela-se como um processo contínuo e ativo, suscetível a uma variedade de alterações que refletem mudanças ao nível da maturidade e do ambiente social (Feliciano & Afonso, 2012).

A tentativa por parte dos jovens de lidarem com diversas mudanças que ocorrem ao nível físico, cognitivo, social e emocional desde o início da adolescência pode comprometer o sentido de continuidade dos próprios, podendo abalar a autoestima dos mesmos (Ramos, 2017). Efetivamente, a literatura demonstra que a autoestima se revela mais elevada na infância, sofrendo um declínio ao longo do crescimento, o que pode ser explicado tendo em conta a forma positiva e irrealista como a criança se vê. À medida que a criança se desenvolve cognitivamente, esta passa a sustentar as suas autoavaliações no *feedback* que recebe dos outros e nas comparações sociais, concebendo, assim, uma imagem mais realista acerca das suas características, capacidades e competências pessoais. Na transição para a adolescência a autoestima começa a decrescer devido às transformações que se constataem nesta fase, nomeadamente a capacidade abstrata do jovem pensar acerca de si e do seu futuro, o que pode levar a um confronto com possíveis cenários de oportunidades perdidas e expectativas falhadas (Ramos, 2017).

Além disso, são diversos os estudos que apontam para a ligação existente entre a autoestima e as relações familiares (Rosenberg, 1979; Milevsky et al., 2007). Mais especificamente, Rosenberg (1979) ressalta que os adolescentes que detêm vínculos mais significativos com os pais tendem a possuir níveis mais elevados de autoestima. Plunkett et al., (2007 cit in Fernandes, 2012) acreditam que os jovens desenvolvem um sentido de si e de autoeficácia assente nas qualidades que veem no contexto da interação com quem lhes é mais significativo, neste caso os pais.

Existem também outros fatores que podem ter um impacto negativo na autoestima, nomeadamente os relacionamentos amorosos durante esta fase (Fernandes, 2012), as experiências infantis desagradáveis - como o medo do castigo, as preocupações com as notas escolares, a separação precoce dos pais (Bowlby, 1973), a

hospitalização de um dos progenitores por tempo alongado, a violência doméstica, o divórcio (Fernandes, 2012) ou a morte de entes queridos.

Segundo alguns autores, a autoestima sofre um declínio entre a adolescência inicial (11 aos 13 anos) e a adolescência intermédia (14 aos 16 anos), sendo que nesta última, há uma maior consciencialização de informações contraditórias acerca de si mesmo. Para além do mais, o facto de ocorrer uma maior reflexão e uma discrepância mais clara entre o *self* real e o *self* ideal despoleta uma maior vulnerabilidade face à autoestima. Por outro lado, os estudos demonstram que à medida que os jovens começam a reconhecer as suas competências, a resolver os seus problemas intrapessoais e interpessoais, a saber lidar de uma forma construtiva com a falha e com a decepção, bem como a reconhecer os seus esforços e a aceitarem-se tal e qual como são, a autoestima tende a aumentar, o que costuma ocorrer no final da adolescência (Harter, 1999; Harter, 2012).

Assim sendo, o facto de os jovens serem capazes de reconhecer as suas limitações/fragilidades torna-se num ponto positivo para os próprios, na medida em que tendem a não atribuir tanta importância às falhas, nos domínios em que não se sentem tão competentes, o que diminui a discrepância entre o *self* real e o *self* ideal. Considerando que a autoestima implica fortes associações no estabelecimento das relações fora do âmbito parental, nomeadamente na relação com os pares (Campos, 2014) salienta-se a importância de relações sociais coesas e saudáveis. Dado que os jovens nesta fase têm uma maior autonomia e liberdade de escolha devem inserir-se e/ou manter-se em grupos sociais que os apoiem e tenham considerações positivas acerca de si, o que estimulará a promoção da autoestima dos mesmos (Ramos, 2017).

Por fim, sublinha-se que a imagem corporal é um componente primordial e central na construção da autoestima do adolescente, sendo que uma baixa autoestima estará, na maior parte dos casos, associada a uma insatisfação com a imagem corporal e vice-versa (Aguilar 2014). Posto isto, o próximo tópico centrar-se-á precisamente na imagem corporal.

2. Conceptualização teórica da imagem corporal

O estudo da imagem corporal iniciou-se no século XVI, em França, com Ambroise Paré, médico e cirurgião, após este ter identificado a existência de um membro fantasma, retratando-o como uma alucinação de que um membro ausente

estaria presente (Gorman, 1965 cit in Barros, 2005). Desde então, vários foram os investigadores que se centraram nesta pesquisa, porém foi Paul Schilder quem contribuiu mais para esta área, considerando a imagem corporal como um fenómeno multifacetado. De acordo com o próprio, a imagem corporal não é só uma construção cognitiva, sendo também uma reflexão das atitudes emocionais, dos desejos e da interação com os outros (Silva, 2016).

Segundo Gardner (1996 cit in Silva, 2018), a imagem corporal define-se como a representação mental das medidas, dos contornos e das formas do nosso corpo, e os sentimentos decorrentes dessas mesmas representações. Estas representações mentais são dinâmicas, singulares e multifacetadas do corpo, sendo influenciadas por aspetos emocionais, sociais e fisiológicos (Campagna & Tavares, 2009). Além disso, a imagem corporal é formada pelas perceções, pensamentos e sentimentos do sujeito acerca do próprio corpo, denotando o seu carácter interno e subjetivo. O facto de este construto ser bastante genérico e complexo, leva a que o mesmo não se possa reduzir à beleza ou aparência, sendo que engloba toda uma avaliação subjetiva do tamanho, forma, peso e aspeto físico geral (Silva, 2016).

De acordo com a literatura, existem quatro aspetos avaliativos que têm influência nas representações que os indivíduos fazem acerca do seu corpo, sendo eles: o aspeto perceptivo, afetivo, cognitivo e comportamental. O aspeto perceptivo diz respeito à forma como o sujeito percebe o seu corpo, o aspeto afetivo remete para os sentimentos individuais relativamente à aparência do seu corpo, o aspeto cognitivo refere-se aos pensamentos e crenças do sujeito quanto à forma e aparência do seu corpo e, por último, o aspeto comportamental alude para as atitudes tomadas por parte do indivíduo com o intuito de modificar o seu corpo (Azevedo, 2016; Machado et al., 2017).

Neste sentido, a imagem que o sujeito tem do seu próprio corpo, elabora-se e estrutura-se, gradualmente, num processo que incorpora o indivíduo, os seus contextos significativos e a sociedade (Barbosa, 2001). Ao longo do seu desenvolvimento existem três processos relevantes para a construção da imagem corporal: as avaliações, que se constituem como a opinião que os outros têm acerca do sujeito, que influencia a forma como o próprio se vê; os *feedbacks* a respeito da sua aparência física; e a comparação social (Silva, 2016). Por conseguinte, Tommaso (2002) defende que a imagem corporal

é influenciada pelas experiências de vida do indivíduo, isto é, pelas situações do passado, pelos estímulos do presente e expectativas em relação futuro.

Desta forma, constata-se que a imagem corporal se encontra em constante renovação, podendo alterar-se com o decorrer do tempo, tendo em consideração as vivências do sujeito (Goll et al., 2014; Mendes, 2016). Este construto resulta naquilo que se é ao todo, com todas as experiências adquiridas (Silva, 2019). Não é, pois, um processo estático, mas sim progressivo, onde as circunstâncias em que o sujeito vive influenciam a forma como se vê e como se relaciona com o mundo, sendo percebida de diversas formas desde o nascimento até ao envelhecimento (Santos & Gonçalves, 2020).

Assim sendo, o indivíduo, estando inserido num determinado contexto social e cultural, conceberá uma avaliação do seu próprio corpo, comparando-o com os ideias de beleza da cultura onde vive, sendo esses os padrões que interferem na imagem corporal do sujeito e na sua satisfação com a mesma (Silva, 2016).

2.1. A satisfação com a imagem corporal na adolescência

A adolescência caracteriza-se como um período marcado por particularidades únicas no ciclo de vida e no qual ocorrem modificações biopsicossociais que têm um papel crucial no desenvolvimento da autonomia e na construção da identidade do jovem (Marques et al., 2016). Nesta fase da vida, a construção da identidade pessoal integra inevitavelmente a relação do sujeito com o seu próprio corpo. Essa relação concebe-se através da representação mental que o jovem detém acerca do seu corpo, isto é, através da sua imagem corporal (Mendes, 2016).

Em um período em que os sujeitos procuram identificar-se com o seu aspeto corporal, manifesta-se o desejo de se assemelharem ao padrão ideal de beleza ocidental, difundido, em grande parte, pelos meios de comunicação e indústrias de moda. No entanto, a imposição de um padrão corporal pode despoletar uma inquietação desmedida, sobretudo nesta fase onde as transformações corporais precisam de ser integradas e assimiladas (Silva, 2016).

Nos rapazes observa-se uma tendência para a musculatura corporal e níveis baixos de gordura, o que é denominado por definição muscular. Em contrapartida, nas raparigas é valorizada a “cultura do magro”, que significa ser sexualmente atraente (Neighbors & Sobal, 2007). Porém, considerando que a nova imagem pode não ir ao

encontro das expectativas formadas por parte dos adolescentes, estes podem ficar menos satisfeitos com o seu corpo, aumentando o risco de insatisfação com a imagem corporal (Tavares, 2003). De acordo com Jung e Peterson (2007 cit in Silva, 2016), a insatisfação corporal é marcada por um sentimento de desconforto proveniente de uma avaliação negativa acerca da própria aparência. Para Silva e colaboradores (2015 cit in Mendes, 2016), o incômodo que o sujeito vivencia em relação ao aspeto da sua aparência física traduz-se na sua insatisfação corporal. Esta pode ser considerada de acordo com três perspetivas: 1 - distorção do tamanho e perceção do corpo como maior do que ele é na realidade; 2- sentimentos e pensamentos negativos acerca do próprio corpo; e 3 - discrepância entre a imagem corporal percebida e a imagem corporal ideal (Silva, 2018). Os jovens que se encontram insatisfeitos com o seu corpo, tendem a vivenciar alterações ao nível do seu bem-estar emocional e da sua qualidade de vida (Santos & Gonçalves, 2020).

Em contrapartida, a satisfação com a imagem corporal é conceptualizada como o grau em que o individuo se encontra satisfeito com a sua aparência física, principalmente com o seu peso e as suas formas corporais (Holsen et al., 2012). O sujeito encontra-se bem consigo mesmo, apresentando uma opinião favorável acerca da sua imagem ou da perceção que tem acerca do seu corpo e das suas características corporais (Santos & Gonçalves, 2020), o que desencadeará pensamentos e sentimentos positivos acerca de si (Correia, 2006) e permitirá ao jovem ser adequado socialmente e emocionalmente (Silva, 2018).

É pertinente ressaltar que alguns estudos demonstram que a prevalência da insatisfação com a imagem corporal é maior na adolescência, devido a uma avaliação mais negativa acerca do próprio corpo nesta fase da vida (Raposo et al., 2014). Kakeshita (2008 cit in Silva, 2018) afirma que a imagem que cada individuo constrói acerca de si depende de vários fatores: ambientais, culturais, psicossociais, genéticos, metabólicos e endócrinos. Para Davidson e McCabe (2006) existe uma rede complexa de fontes que contribuem para o desenvolvimento e manutenção da satisfação com a imagem corporal. Alguns estudos têm-se centrado em perceber qual a influência das experiências interpessoais no desenvolvimento das atitudes relativas à imagem corporal. O *feedback* social que os jovens recebem no decorrer do seu desenvolvimento em relação à aparência, pode ter um impacto considerável na formação da sua imagem corporal. A título de exemplo é possível destacar que as críticas, as situações de

humilhação constantes, as comparações sociais e a modelagem de outros pares (Silva, 2016) e de membros da família, podem influenciar a construção da imagem corporal, sendo que estas mensagens infundam crenças como: “*o meu aspeto afeta o meu valor*” ou “*a minha aparência é inaceitável*” (Silva, 2016). A família é considerada uma das influências mais importantes, visto que retrata o meio social responsável pela transmissão de valores, comportamentos e atitudes ao longo do tempo (Kluck, 2010). Por fim, salienta-se o papel do ambiente cultural em que os jovens habitam, como um fator extremamente importante na compreensão da satisfação ou insatisfação com a imagem corporal, considerando que é nesse contexto que se desenvolvem os sentimentos e as percepções acerca dos ideais de beleza (Mendes 2016).

3. Estado de arte acerca das variáveis principais e das variáveis sociodemográficas

No presente tópico serão abordados os estudos realizados nesta temática, sendo apresentadas as investigações que relacionaram quer a autoestima, quer a satisfação com a imagem corporal, com as variáveis sociodemográficas. Seguindo-se a exposição dos estudos realizados no âmbito da autoestima e da satisfação com a imagem corporal.

3.1. A relação entre a autoestima e as variáveis sociodemográficas

Seguem-se as investigações efetuadas ao nível da autoestima e das variáveis sociodemográficas. Primeiramente serão descritos os estudos relativos à autoestima e ao género, sucedendo-se a exposição da relação entre a autoestima e o ano de escolaridade, a autoestima e o curso frequentado e a autoestima e a prática de exercício físico.

Diversos são os estudos que demonstram diferenças ao nível da autoestima tendo em consideração o género. Neste sentido, com o objetivo de determinarem as diferenças ao nível da autoestima em função do género, Fernandes e colaboradores (2017) desenvolveram um estudo composto por 418 adolescentes com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos. Os resultados demonstraram a existência de diferenças estatisticamente significativas no que concerne à relação entre a autoestima e o género, sendo que os rapazes revelaram níveis mais elevados em comparação com as raparigas, demonstrando desta forma que estas apresentam uma menor autoestima quando comparadas com os rapazes. Na investigação levada a cabo por Ingólfssdóttir (2017), constituída por 2039 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos, aferiu-se igualmente a existência de uma relação estatisticamente significativa entre a autoestima e o género, sendo os rapazes a evidenciarem níveis mais elevados de autoestima, em comparação com as raparigas.

Também no estudo realizado por Ramos (2017), com 366 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 19 anos se concluiu que os adolescentes do género masculino apresentavam níveis mais elevados de autoestima global, quando comparados às adolescentes do género feminino. Ainda no estudo desempenhado por Fernandes (2012) a 205 adolescentes, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos se verificou a existência de uma relação significativa entre as variáveis, dado que as raparigas demonstraram níveis de autoestima inferiores aos dos rapazes no que diz respeito à autoestima. Romano e colaboradores (2007) através do estudo realizado com 501 adolescentes com idades entre os 12 e os 17 anos evidenciaram a existência de uma autoestima global mais elevada no género masculino, o que corrobora os estudos previamente apresentados. Carvalho e Carquejo (2004) também elaboraram um estudo, composto por 50 adolescentes com idades entre os 14 e os 17 anos, que pretendeu descrever a associação entre o género e a autoestima. Os resultados obtidos indicaram que os indivíduos do género masculino apresentaram níveis de expressão de autoestima mais elevados do que os indivíduos do género feminino.

Além do mais, Silva (2018) num estudo realizado com 100 estudantes com idades compreendidas entre os 9 e os 14 anos, comprovou que existe uma tendência do género masculino em apresentar mais casos de autoestima global positiva face aos resultados do género feminino. Rosa (2016) também se interessou pelo estudo das variáveis já mencionadas anteriormente e, portanto, desenvolveu uma investigação constituída por 472 jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 16 anos. Os resultados demonstraram a existência de diferenças significativas no que diz respeito à autoestima global em função do género, sendo os rapazes a possuírem níveis superiores de autoestima quando comparados com as raparigas.

Por fim, salienta-se a investigação efetuada por Zamani e colaboradores (2017), composta por 150 adolescentes com idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos. Os resultados adquiridos denotaram que as raparigas possuem níveis de autoestima inferiores aos rapazes. Posto isto, e tendo em consideração todos os estudos descritos anteriormente, é possível constatar que os rapazes apresentam níveis superiores de autoestima, em comparação com as raparigas.

Após uma revisão exaustiva da literatura, conclui-se que os estudos não se têm centrado muito na relação entre a autoestima e o ano de escolaridade dos adolescentes. Porém, salienta-se alguns dos estudos efetuados. Anastácio e Carvalho (2006) com o

intuito de verificarem as diferenças ao nível da autoestima em função da escolaridade dos jovens, realizaram um estudo composto por 408 adolescentes com uma média de idades de 15,57 anos, onde constataram a existência de uma relação significativa entre os alunos de 7º ano e os de 9º, 11º e 12º anos, sendo que os alunos de 7º ano revelaram uma autoestima significativamente mais baixa que os de 9º, 11º e 12º anos.

Rafei (2009) também desenvolveu um estudo que incluiu 479 adolescentes, que frequentavam o 10º, 11º e 12º ano. Os resultados obtidos permitem identificar a existência de uma relação estatisticamente significativa no que concerne à autoestima e ao ano de escolaridade, sendo que os alunos do 11º ano apresentaram os níveis mais elevados de autoestima, ao contrário dos jovens do 10º ano que demonstraram os níveis mais reduzidos de autoestima. Ainda no estudo efetuado por Abedalhafiz e colaboradores (2012), composto por 687 adolescentes que se encontravam no 7º, 8º e 9º ano se evidenciou uma autoestima mais elevada nos indivíduos do 9º ano e uma autoestima mais baixa nos adolescentes do 8º ano. Por fim, no estudo levado a cabo por Peixoto (2003) constituído por 955 adolescentes com idades entre os 12 e os 20 anos, verificou-se que apesar de não existir uma relação significativa entre o ano de escolaridade e a autoestima, os alunos do 9º ano demonstraram níveis de autoestima mais elevados, em comparação com os adolescentes do 7º e do 11º ano.

No que concerne à relação entre a autoestima e o curso frequentado, os estudos têm demonstrado que não existe uma relação entre estas variáveis. Na investigação levada a cabo por Azevedo (2005), constituída por 649 alunos de entre os quais 26 frequentam Cursos Profissionais, 354 encontram-se no curso Científico-Natural, 23 fazem parte do curso de Artes, 120 do curso Económico-Social e 126 de Humanidades concluiu-se que não existem diferenças estaticamente significativas no que diz respeito à relação entre a autoestima e o curso frequentado.

No estudo desenvolvido por Dias (2013), composto por 38 sujeitos que frequentam o curso de Ciências e Tecnologias e 30 que frequentam o curso de Línguas e Humanidades constatou-se igualmente a inexistência de uma relação significativa entre os dois cursos frequentados e a autoestima dos jovens.

Relativamente à literatura existente ao nível da autoestima e do exercício físico, destacaram-se os seguintes estudos. Carvalho e Carquejo (2004) realizaram um estudo com o intuito de verificar qual a relação entre a prática de atividade física e a

autoestima. Neste sentido, foi aplicada a *Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)*, a 50 jovens com idades compreendidas entre os 14 e os 17 anos. Destes 50 jovens, 25 praticavam desporto regularmente e os restantes 25 tinham apenas como prática desportiva a disciplina de Educação Física, tendo sido desta forma considerados como não praticantes de desporto. Os resultados demonstraram que o grupo de jovens praticantes de desporto apresentavam uma autoestima mais elevada, comparativamente ao grupo de jovens não praticantes.

Araújo (2001) também efetuou um estudo que incluiu 76 raparigas com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos. Todas as participantes frequentavam as aulas de Educação Física, porém algumas frequentavam paralelamente outros grupos de atividade física num ginásio. Posto isto, as raparigas foram divididas em 4 grupos: grupo de não praticantes; grupo de funk e aeróbica (nível inicial e intermedio); Grupo de funk e aeróbica (nível avançado) e grupo de dança. Os resultados demonstraram que os níveis de autoestima são superiores, embora sem significado estatístico, nas praticantes de atividades físicas, à exceção do grupo de dança, comparativamente às não praticantes. Porém, analisando os itens um a um, verificou-se uma relação estatisticamente significativa entre o item: “No geral, estou satisfeita comigo mesma” e o grupo que as jovens frequentavam, salientando-se uma pontuação média mais elevada para as praticantes de funk e aeróbica nível avançado.

Ainda no estudo de Uçan e Çaglayan (2012) composto por 304 adolescentes com idades entre os 13 e os 20 anos, se aferiu que os jovens que praticavam exercício físico manifestavam níveis superiores de autoestima, comparativamente com os adolescentes que não praticavam desporto. Por fim, salienta-se igualmente a investigação levada a cabo por Rosa (2016) constituída por 472 jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 16 anos, onde se constatou a existência de uma relação estatisticamente significativa no que diz respeito à autoestima e à prática de exercício físico, sendo os alunos que praticavam exercício físico fora do contexto escolar a apresentar níveis superiores de autoestima quando comparados com os alunos que não praticavam exercício físico para além do proporcionado pelas aulas de Educação Física. Portanto é possível afirmar que a prática de exercício físico tem um efeito positivo nos níveis de autoestima dos adolescentes.

Em suma, percebe-se que os rapazes apresentam níveis superiores de autoestima em comparação com as raparigas, denotando-se ainda que na maioria dos casos os

jovens que frequentam anos de escolaridade superiores, manifestam uma autoestima mais elevada quando comparados com os jovens que frequentam anos de escolaridade inferiores. Em relação ao curso frequentado, constata-se que este não exerce influência na autoestima dos jovens. Por fim, quanto à prática de exercício físico, verificou-se que os adolescentes que praticam desporto, possuem níveis de autoestima mais elevados do que os jovens que não se exercitam fisicamente.

3.2. A relação entre a satisfação com a imagem corporal e as variáveis sociodemográficas

Sucedem-se os estudos realizados ao nível da satisfação com a imagem corporal e das várias sociodemográficas. Neste sentido serão expostas as relações existentes entre a satisfação com a imagem corporal e o género, a idade, o ano de escolaridade, a localidade de residência e a prática de exercício físico.

São várias as investigações que se centram em perceber qual a relação entre o género e a satisfação com a imagem corporal. Após uma revisão da literatura constata-se que tendem a existir diferenças significativas na satisfação com a imagem corporal em função do género, sendo que a maioria dos estudos afirma que os rapazes são mais satisfeitos com o seu corpo, comparativamente com as raparigas.

Com o objetivo de verificar qual a relação entre a satisfação com a imagem corporal e o género, Veloso (2003) realizou um estudo composto por 212 jovens com idades compreendidas entre os 14 e os 20 anos. Os resultados demonstraram que as raparigas apresentam maiores níveis de satisfação com a imagem corporal em comparação aos rapazes dos 14 aos 15 anos. O que não se verifica nas faixas etárias superiores, sendo os rapazes a apresentarem níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal. Ressalta-se também que apesar dos rapazes demonstrarem uma maior satisfação corporal no geral, as raparigas apresentam valores mais altos em termos de satisfação com os seus aspetos faciais. Assim sendo, conclui-se que os rapazes tendem a aumentar a satisfação com a imagem corporal à medida que vão crescendo, ao contrário das raparigas.

No estudo desenvolvido por Carvalho e Carquejo (2004) com 50 adolescentes com idades entre os 14 e os 17 anos, constatou-se que os jovens do género masculino apresentam níveis de satisfação com a imagem corporal mais elevados do que as jovens do género feminino. Para além do mais, no estudo desempenhado por Anastácio (2012),

que incluiu 188 adolescentes com idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos, infere-se igualmente que os rapazes apresentam uma maior satisfação com o seu corpo quando comparados com as raparigas, apesar de não se evidenciar uma relação significativa entre as variáveis. Porém destaca-se que as jovens apresentam uma maior satisfação com o seu peso em relação aos rapazes. Na investigação realizada por Raposo e colaboradores (2014) constituída por 201 jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos verificou-se também a existência de uma relação significativa entre o género e a satisfação com a imagem corporal, sendo os rapazes a apresentarem níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal em comparação com as raparigas.

Salienta-se da mesma forma, outros estudos que corroboram as informações já transmitidas anteriormente. No estudo levado a cabo por Fernandes (2014) composto por 118 adolescentes com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos averiguou-se a existência de uma relação estatisticamente significativa entre a satisfação com: os aspetos faciais, o nariz, a testa, os ombros, os braços, a barriga, a anca, as coxas, as pernas, o peso, a altura, a resistência física e o nível de energia em função do género do adolescente, sendo os rapazes a apresentarem níveis mais elevados de satisfação com estas partes do corpo. Do mesmo modo, Silva (2016), na sua investigação que incluiu 238 adolescentes na faixa etária entre os 14 e os 16 anos, constatou a existência de diferenças estatisticamente significativas na satisfação com a imagem corporal em função do género, sendo os rapazes a demonstrarem níveis mais elevados de satisfação com o seu corpo quando comparados com as raparigas.

Por outro lado, Gatti e colaboradores (2014) desenvolveram um estudo composto por 242 adolescentes com idades compreendidas entre os 11 e os 17 anos e concluíram que as raparigas se encontravam mais satisfeitas com o seu rosto e com a sua aparência (porte) em comparação com os rapazes.

No que concerne aos estudos realizados no âmbito da satisfação com a imagem corporal e a idade, os resultados obtidos não mostram consonância, sendo bastante divergentes.

Com o objetivo de verificar qual a relação entre a satisfação com a imagem corporal e a idade, Veloso (2003) realizou um estudo composto por 212 jovens com idades compreendidas entre os 14 e os 20 anos. Os resultados permitem aferir que os jovens com idades entre os 14 e os 15 anos demonstram uma maior satisfação com os

olhos e uma menor satisfação com os dentes (os rapazes), e com o peso (as raparigas). Por outro lado, na faixa etária dos 16 aos 17 anos, os valores mais elevados em termos de satisfação corporal centram-se no item energia (rapazes), e nos olhos (raparigas). Os aspetos corporais em que se verificam valores médios inferiores são os dentes (rapazes) e as coxas (raparigas). Por fim, no que diz respeito aos jovens com idades entre os 18 e os 20 anos, o estudo aponta para uma maior satisfação com a energia (rapazes) e com o cabelo (raparigas). Verificou-se também que as partes corporais cujos sujeitos mais se encontravam insatisfeitos são: os dentes (rapazes) e a barriga (raparigas).

Anastácio e Carvalho (2006) também desenvolveram um estudo, constituído por 408 adolescentes com uma média de idades de 15,57 anos, onde se concluiu que existe uma relação significativa e negativa entre a idade e a satisfação com a imagem corporal, o que significa que os jovens mais novos apresentam uma maior satisfação com o seu corpo. Já no estudo efetuado por Gatti e colaboradores (2014), os resultados não foram congruentes. Esta investigação incluiu 242 adolescentes com idades compreendidas entre os 11 e os 17 anos. De modo a verificar as diferenças entre as faixas etárias, os autores dividiram os sujeitos em dois grupos: o grupo dos adolescentes iniciais, cujos indivíduos têm entre os 10 e os 13 anos e o grupo dos adolescentes, cujos sujeitos têm entre os 14 e os 17 anos. Os resultados obtidos permitiram chegar à conclusão de que os adolescentes mais velhos apresentam uma satisfação com a imagem corporal, nomeadamente com o rosto e a aparência, mais elevada quando comparados com os adolescentes mais novos.

Por sua vez, Silva (2016), no seu estudo que englobou 238 adolescentes na faixa etária entre os 14 e os 16 anos afirmou que não existem diferenças estatisticamente significativas quanto à satisfação com a imagem corporal em função da idade.

No que toca à relação entre a satisfação com a imagem corporal e o ano de escolaridade, apesar de se perceber que a literatura não se tem centrado muito na associação destas variáveis, afirma-se que, na maioria dos casos, os adolescentes que apresentaram níveis de satisfação com a imagem corporal mais elevados frequentavam anos de escolaridade inferiores. Anastácio e Carvalho (2006), realizaram um estudo constituído por 408 adolescentes com uma média de idades de 15,57 anos. Os resultados obtidos demonstraram que os adolescentes do 8º ano dispõem de níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal comparativamente aos alunos do 11º ano. Destaca-se ainda a existência de uma relação significativa no que concerne à satisfação

com a altura em função do ano de escolaridade, sendo que os alunos do 12^a ano apresentavam uma maior satisfação com a sua altura quando comparados com os alunos do 10^o ano.

Gupta (2012) desenvolveu igualmente uma investigação que incluiu 161 jovens com idades entre os 12 e os 15 anos. O autor constatou a existência de valores mais elevados ao nível da satisfação com a imagem corporal nos adolescentes que frequentavam o 7^o ano e níveis mais reduzidos nos jovens do 9^o ano. Salienta-se também o estudo levado a cabo por Henriques (2009) composto por 254 jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 16 anos. Nesta investigação verificou-se que os níveis de satisfação com a imagem corporal diferem em função do ano de escolaridade dos adolescentes, seja ao nível do rosto, do cabelo, do peito, dos ombros, dos braços, da cintura, das coxas, das pernas, como ao nível de todas as partes no geral, sendo os adolescentes do 2^o ciclo a apresentar pontuações mais elevadas comparativamente aos jovens do 3^o ciclo. Por último, no estudo efetuado por Lemos e colaboradores (2017) constituído por 212 sujeitos com idades entre os 10 e os 18 anos conclui-se que apesar de não se evidenciar a existência de uma relação estatisticamente significativa relativamente à satisfação com a imagem corporal em função do ano de escolaridade dos adolescentes, aferiu-se que os alunos do ensino secundário apresentam níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal comparativamente com os alunos do 2^o e 3^o ciclo.

A literatura também tem demonstrado que a localidade de residência pode ter impacto na satisfação com a imagem corporal dos jovens. Posto isto, apresentam-se os estudos executados a este nível. Com o intuito de perceberem qual a relação entre a satisfação com a imagem corporal e a localidade de residência, Raposo e colaboradores (2014), realizaram um estudo constituído por 201 jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos. Os resultados demonstraram que existe uma relação entre as variáveis, sendo que os jovens que residem em meio urbano apresentam níveis superiores de satisfação com a imagem corporal comparativamente aos jovens que habitam em meio rural. No estudo desenvolvido por Petroski e colaboradores (2009) composto por 629 adolescentes com idades entre os 13 e os 17 anos, concluiu-se que apesar de não se verificar uma relação estatisticamente significativa entre a satisfação com a imagem corporal e a localidade de residência, os adolescentes que residiam em área urbana apresentavam uma maior satisfação com o corpo comparativamente aos

adolescentes que habitavam em meio rural. Ressalta-se igualmente que os autores esperavam que os adolescentes residentes em área urbana se manifestassem mais insatisfeitos com o seu corpo por, possivelmente, poderem estar mais expostos à pressão social da cultura da magreza. Petroski e colaboradores (2012) voltaram a realizar um estudo três anos mais tarde e os resultados não coincidiram, porém corroboraram aquilo que os autores esperavam que já tivesse sido demonstrado no estudo efetuado anteriormente. Através de uma amostra constituída por 1381 adolescentes com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos de idade, constatou-se a existência de uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal e a área de residência, sendo os adolescentes do meio rural a revelar uma maior satisfação com a sua imagem corporal, em comparação com os jovens do meio urbano.

Vale de igual modo frisar que são diversos os estudos que demonstram diferenças ao nível da satisfação com a imagem corporal tendo em consideração a prática de exercício físico.

No estudo realizado por Araújo (2001), através de uma amostra de 76 raparigas com idades entre os 10 e os 17 anos constatou-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os níveis de satisfação com a imagem corporal e a prática de exercício físico, sendo que os valores mais altos apresentados se centram nas jovens que não praticam exercício físico em comparação com as praticantes de outras atividades desportivas. Ressalta-se apenas que as jovens que praticam dança demonstraram mais satisfação com a sua testa e os seus lábios em comparação com as jovens que não praticam desporto.

No entanto, a maioria dos estudos efetuados estabelecem uma ligação entre a prática de atividade física e uma maior satisfação com a imagem corporal. Carvalho e Carquejo (2004) desenvolveram um estudo composto por 50 adolescentes com idades entre os 14 e os 17 anos, com o intuito de perceberem se existem diferenças ao nível da satisfação com a imagem corporal tendo em conta a prática de exercício físico. Os resultados demonstraram que os praticantes de exercício físico apresentavam níveis superiores de satisfação com a imagem corporal, comparativamente ao grupo de não praticantes.

Para além do mais, Oliveira (2007) executou um estudo que integrou 51 raparigas com idades entre os 13 e os 17 anos, sendo que 18 praticavam ginástica

acrobática e as restantes não eram praticantes. Concluiu-se que existe uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal e a prática de exercício físico, sendo que as jovens praticantes de ginástica acrobática apresentam níveis superiores de satisfação com o seu corpo em comparação com as não praticantes. Remetendo para a análise dos diferentes itens do questionário averigua-se uma relação significativa entre a prática de ginástica acrobática e a satisfação com: a barriga, a cintura, a condição física, a energia e a aparência, sendo os valores mais elevados para as praticantes de ginástica acrobática.

Também no estudo desempenhado por Raposo e colaboradores (2014), constituído por 201 jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos se verificou a existência de uma relação estatisticamente significativa entre a prática de atividade física e a satisfação com a imagem corporal, sendo que os jovens pouco ativos (que não praticam atividade física, ou praticam apenas um dia por semana) estão mais insatisfeitos com o seu corpo em comparação com os indivíduos muito ativos (que praticam desporto quatro ou mais vezes por semana).

Por fim, na investigação desenvolvida por Mendes (2016), que incorporou 104 sujeitos com idades entre os 16 e os 21 anos, concluiu-se que apesar de não terem sido verificadas diferenças estatisticamente significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal em função da prática de exercício físico, é possível aferir que a percentagem de indivíduos satisfeitos com a sua imagem corporal é superior nos sujeitos que praticam exercício físico, comparativamente com os indivíduos que não praticam desporto.

Em síntese, é possível afirmar que os rapazes tendem a evidenciar uma maior satisfação com o corpo, denotando-se igualmente que não existe conformidade relativamente aos estudos acerca da satisfação com a imagem corporal e a idade, e a respeito da satisfação com a imagem corporal e a localidade de residência. Ressalta-se ainda que na maioria dos casos, os jovens que frequentam anos de escolaridade inferiores, demonstram uma maior satisfação com o seu corpo. Por último, os estudos permitem constatar que a prática de exercício físico tem um efeito positivo no que diz respeito à satisfação com a imagem corporal dos adolescentes.

3.3. A relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal

Anastácio e Carvalho (2006) com o intuito de verificarem qual a relação existente entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal desenvolveram um estudo composto por 408 adolescentes com uma média de idades de 15,57 anos. Os resultados obtidos permitem aferir a existência de uma relação estatisticamente significativa e positiva entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal, o que significa que à medida que a autoestima aumenta, a satisfação com a imagem corporal também aumenta, ou vice-versa.

Carvalho e Carquejo (2004) também realizaram um estudo constituído por 50 adolescentes com idades compreendidas entre os 14 e os 17 anos. Concluiu-se que existe uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal e a autoestima, na medida em que surge um aumento ou diminuição de uma das variáveis, em função da outra.

No estudo desenvolvido por Anastácio (2012), que engloba 188 adolescentes com idades compreendidas entre os 13 os 17 anos constatou-se a existência de uma relação extremamente significativa e positiva entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal. Estes resultados indicam que à medida que uma das variáveis aumenta, a outra também aumenta, ou seja, quanto maiores os níveis de autoestima, maiores os níveis de satisfação com a imagem corporal, ou vice-versa.

Por outro lado, a investigação realizada por Araújo (2001) não corrobora os resultados descritos anteriormente. Este estudo incorpora 76 raparigas com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos, e após analisar a relação entre a satisfação com a imagem corporal e a autoestima das jovens constatou a existência de uma relação estatisticamente significativa, porém negativa. Assim sendo, os dados obtidos permitem aferir que as adolescentes que estão mais satisfeitas com a sua imagem corporal, apresentam níveis mais baixos de autoestima e vice-versa.

Resumidamente, afirma-se que na maioria dos estudos efetuados se constatou a existência de uma relação estatisticamente significativa e positiva entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal. Estes resultados sugerem que à medida que uma das variáveis aumenta, a outra também aumenta, ou seja, quanto maiores os níveis de autoestima, maiores os níveis de satisfação com a imagem corporal, ou vice-versa.

Por último é de bastante pertinência frisar que não foram apresentados estudos relacionando quer a autoestima, quer a satisfação com a imagem corporal com a Covid-19, tendo em consideração que a literatura não se foca especificamente nestas variáveis, sendo, na maioria dos estudos, dado principal ênfase a outros construtos que não são do interesse desta investigação. Para além do mais, seria necessário que o foco se centrasse na comparação dos construtos em dois momentos temporais (perceção antes da Covid-19 e pós-Covid-19), o que não acontece, viabilizando a pertinência do presente estudo.

4. Metodologia

A fase metodológica alude-se ao conjunto dos meios e das atividades próprias para verificar hipóteses ou para responder às questões de investigação formuladas no decorrer da fase conceptual. Assim sendo, o desenho de investigação, os objetivos gerais e específicos, as hipóteses, as questões de investigação, a caracterização da amostragem, os instrumentos, os procedimentos e a descrição da amostra do presente estudo inserem-se na fase metodológica.

4.1. Desenho de investigação

Nesta investigação foi utilizado um desenho de investigação correlacional - preditivo, com uma abordagem quantitativa e do tipo transversal. O método de investigação quantitativa procura, essencialmente, explicar e predizer um acontecimento pela medida das variáveis e pela análise de dados numéricos. De acordo com este método, os resultados numéricos são passíveis de serem generalizados a outras populações ou contextos, considerando o seu carácter controlável e previsível (Burns & Grove, 2001).

A investigação correlacional preditiva, viabilizou a seleção das variáveis que fizeram parte do estudo e a análise das relações existentes entre as mesmas. Para além disso, também possibilitou a especificação da amplitude destas relações através das análises estatísticas de correlação.

Por fim, trata-se de um estudo de natureza transversal, uma vez que foi medida a frequência de aparição de um acontecimento numa população, num único momento da investigação (Fortin et al., 2009).

4.2. Objetivos gerais e específicos

Para o desenvolvimento do estudo foram delineados diversos objetivos. O objetivo geral desta investigação, consistiu em determinar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em conta as variáveis principais e as suas características sociodemográficas. Relativamente aos objetivos específicos pretendeu-se verificar as diferenças existentes ao nível da autoestima dos adolescentes tendo em conta o género, o ano de escolaridade, o curso frequentado e a prática de exercício físico. Pretendeu-se igualmente detetar as diferenças existentes ao nível da satisfação com a imagem corporal dos adolescentes considerando o género, a idade, o ano de escolaridade, a localidade de residência e a prática de exercício físico. Por último,

procurou-se verificar se existe relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal dos adolescentes.

Considera-se ainda pertinente destacar que as variáveis principais deste estudo são: a autoestima e a satisfação com a imagem corporal; e as variáveis sociodemográficas existentes são: o género, a idade (12, 13, 14, 15, 16, 17 ou 18 anos), o ano de escolaridade (7º, 8º, 9º, 10º, 11º ou 12º ano), o curso (Artes Visuais, Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas ou Línguas e Humanidades), a localidade de residência (área predominantemente rural, área predominantemente urbana ou área mediantemente urbana), a prática de exercício físico (sim ou não), o tempo de prática de exercício físico (pratica pouco - menos de 3h ou 3h; ou pratica muito - acima de 3h), a infeção por Covid-19 (sim ou não) e a existência de sequelas decorrentes da infeção por Covid-19 (sim ou não).

4.3. Hipóteses

As hipóteses são recursos indispensáveis para o desenvolvimento do conhecimento científico, considerando que estas podem ser testadas e a sua veracidade poderá ser comprovada, ou não.

Atendendo à revisão da literatura realizada, foram delineadas as seguintes hipóteses de investigação:

H₁: Espera-se que os rapazes apresentem uma autoestima mais elevada do que as raparigas (Carvalho & Carquejo, 2004; Fernandes, 2012; Fernandes et al., 2017; Ingólfssdóttir, 2017; Ramos, 2017; Romano et al., 2007; Rosa, 2016; Silva, 2018; Zamani et al., 2017).

H₂: A autoestima varia em função do ano de escolaridade dos adolescentes (Abdelhafiz et al., 2012; Anastácio & Carvalho, 2006; Rafei, 2009).

H₃: A autoestima não varia em função do curso frequentado (Azevedo, 2005; Dias, 2013).

H₄: Espera-se que os adolescentes que praticam exercício físico apresentem níveis de autoestima superiores, comparativamente com os jovens que não praticam desporto (Carvalho & Carquejo, 2004; Rosa, 2016; Uçan & Çaglayan, 2012).

H₅: Espera-se que os rapazes apresentem valores mais elevados de satisfação com a imagem corporal comparativamente com as raparigas (Carvalho & Carquejo, 2004; Fernandes, 2014; Raposo et al., 2014; Silva, 2016).

H₆: A satisfação com a imagem corporal varia em função da idade dos adolescentes (Anastácio & Carvalho, 2006; Gatti et al., 2014; Veloso, 2003).

H₇: A satisfação com a imagem corporal varia em função do ano de escolaridade dos adolescentes (Anastácio & Carvalho, 2006; Gupta, 2012; Henriques, 2009).

H₈: A satisfação com a imagem corporal varia em função da localidade de residência dos adolescentes (Petroski et al., 2012; Raposo et al., 2014).

H₉: Espera-se que os adolescentes que praticam exercício físico apresentem valores mais elevados de satisfação com a sua imagem corporal, comparativamente com os adolescentes que não praticam exercício físico (Carvalho & Carquejo, 2004; Oliveira, 2007; Raposo et al., 2014).

H₁₀: Existe uma relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal dos adolescentes (Anastácio, 2012; Anastácio & Carvalho, 2006; Araújo, 2001; Carvalho & Carquejo, 2004).

4.4. Questões de investigação

Apesar de algumas das variáveis não serem sustentadas pela literatura, são do mesmo modo consideradas pertinentes para o desenrolar deste estudo, dada a sua natureza. A nova pandemia denominada coronavírus 2019 (Covid-19) representou uma ameaça significativa ao sistema de saúde global em todo o mundo. Como declara o relatório das Nações Unidas, embora a crise da Covid-19 seja, em primeira instância, uma crise de saúde física, ela também tem as sementes de uma grande crise de saúde mental, se não forem tomadas medidas (Nações Unidas, 2020). Considerando que esta problemática é um fenómeno recente, torna-se mais limitado aceder a estudos que se foquem especificamente no impacto que a Covid-19 teve ao nível da autoestima e da satisfação com a imagem corporal em adolescentes, dado que pressupõe a existência de comparação a dois momentos temporais (perceção antes da Covid-19 e pós-Covid-19), pelo que se revela pertinente executar uma investigação com o propósito de entender as repercussões da pandemia ao nível dos construtos já mencionados.

As preocupações globais da Covid-19 não se centram apenas na fase da doença aguda e das suas consequências imediatas, mas também nas eventuais sequelas a médio e a longo prazo, bem como o risco de cronicidade de alguns sintomas, em particular na população jovem. A literatura aponta para a existência de sequelas ao nível respiratório e ao nível cardíaco para os indivíduos (Moura et al., 2021), para além do extremo cansaço evidenciado por alguns dos sujeitos que foram infetados, o que poderá despoletar diversas alterações na rotina do indivíduo, limitando algumas das tarefas que anteriormente seriam executadas sem qualquer esforço. Neste tipo de situações, os adolescentes podem não conseguir consolidar o conjunto de modificações que ocorreram na sua vida, trazendo prejuízos ao nível da sua autoestima e da satisfação com a sua imagem corporal.

Para além do mais, evidenciou-se que durante o período de isolamento social ocorreu um decréscimo dos níveis de atividade física e desregulação dos padrões de sono, muitas vezes associados a um maior tempo de exposição a ecrãs, alimentação menos variada e com produtos menos frescos, contribuindo para o potencial aumento da obesidade e conseqüentemente para a diminuição da autoestima, bem como da satisfação com o próprio corpo (Reis et al., 2021).

Posto isto, seguem-se as questões de investigação delimitadas para a presente investigação.

Q₁: A autoestima dos adolescentes sofreu modificações na Covid-19?

Q₂: A satisfação com a imagem corporal dos adolescentes sofreu modificações na Covid-19?

4.5. Caracterização da amostragem

Para a execução do presente estudo, foi selecionada uma amostra não-probabilística acidental ou de conveniência. Esta é constituída por indivíduos facilmente acessíveis e que respondem a critérios de inclusão precisos. Assim sendo, este é um tipo de amostragem que não concerne a todos os elementos da população a mesma probabilidade de fazer parte da amostra, pelo que não é um tipo de amostragem representativo da população, permitindo apenas fazer inferências e não generalizações (Fortin et al., 2009).

Os critérios de inclusão para a participação nesta investigação foram: ter idade compreendida entre os 12 e os 18 anos e frequentar o 7º, 8º, 9º, 10º, 11º ou 12º ano.

4.6. Instrumentos

Tendo em consideração as necessidades do estudo, foram selecionados alguns instrumentos a fim de recolher dados e obter resultados. Posto isto, segue-se abaixo a caracterização do questionário sociodemográfico e dos dois instrumentos que foram utilizados para a recolha de dados.

4.6.1. Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico foi produzido com o intuito de obter dados acerca dos participantes e assim tornar exequível a caracterização da amostra. Neste sentido, o questionário incorpora informações relativas à identificação do adolescente [o género, a idade, o ano de escolaridade, o curso frequentado (só para alunos do ensino secundário) e a localidade de residência]. Para além disso, possibilita a obtenção de dados referentes à situação atual desportiva dos jovens, nomeadamente se estes praticam desporto nos seus tempos livres, qual o desporto que praticam e o número de horas por semana que o praticam. Por último, os adolescentes foram solicitados a responder a algumas questões alusivas à Covid-19, mais especificamente, se contraíram este vírus, se tiveram sequelas, e, por conseguinte, se a resposta fosse “sim”, eram solicitados a indicar quais foram essas sequelas (Anexo 2 e Anexo 3).

4.6.2. Escala de autoestima de Rosenberg (Santos & Maia, 2003) - (RSES)

O principal objetivo desta escala centra-se em avaliar a autoestima global dos adolescentes (Santos & Maia, 2003). Esta é caracterizada pelo reduzido número de itens, pela simplicidade da linguagem utilizada e pela facilidade e brevidade de aplicação e de cotação, o que contribuiu para a sua popularidade na investigação psicológica, tendo-se tornado na escala de avaliação da autoestima global mais utilizada (Santos & Maia, 2003).

Este questionário de autorrelato é constituído por dez itens, 5 formulados positivamente e 5 formulados negativamente, avaliados por meio de uma escala tipo Likert, com 4 opções de resposta. Os itens com orientação positiva (1, 3, 4, 7 e 10), são cotados da seguinte forma: 1 = Discordo fortemente; 2 = Discordo; 3 = Concordo; 4 = Concordo fortemente; e os itens de orientação negativa (2, 5, 6, 8 e 9) são cotados de

forma invertida: 1 = Concordo fortemente; 2 = Concordo; 3 = Discordo; 4 = Discordo fortemente.

Após as devidas inversões, o resultado total da escala, que representa os níveis de autoestima global, é obtido através da soma de todos os resultados referentes a cada item, podendo os valores variar entre os 10 e os 40 pontos. Assim sendo, os resultados mais elevados simbolizam níveis mais elevados de autoestima, e os mais baixos representam níveis inferiores de autoestima. De forma mais específica, “*Uma autoestima elevada, tal como é avaliada pela RSES, indica que os indivíduos se consideram pessoas de valor, respeitadores de si próprios por aquilo que são, não se sentindo, necessariamente, superiores aos outros. Uma baixa autoestima, pelo contrário, traduz uma desvalorização, insatisfação e falta de respeito dos indivíduos relativamente a si próprios*” (Santos & Maia, 2003, p. 254).

Tendo em consideração a investigação desenvolvida por Maia e Santos (2003) constata-se que os níveis de consistência interna são bastante aceitáveis, apresentando valores de *alpha de cronbach* entre .84 e .92. Importa ainda referir que a análise confirmatória efetuada pelos mesmos autores sugere que esta escala avalia um constructo unidimensional, sendo que os resultados obtidos nesse estudo sustentam a validade e a fidelidade dos resultados obtidos com a escala (Anexo 4 e Anexo 5).

De forma a avaliar as qualidades psicométricas da *RSES* na amostra em estudo, calculou-se o índice de consistência interna através do *alpha de Cronbach*. Verificou-se um valor de .88 para o período remetente ao antes da Covid-19 (perceção) e um valor de .91 para a escala total referente ao pós-Covid-19, valores esses que revelam uma consistência interna excelente.

4.6.3. Questionário de satisfação com a imagem corporal (Abrantes, 1998) - (BISQ)

Para a execução do presente estudo foi utilizado o questionário “*Body Image Satisfaction Questionnaire*”, considerando que este tem como principal objetivo avaliar a satisfação com a imagem corporal.

Este instrumento incorpora vinte e dois itens, cada um alusivo a cada uma das partes do corpo (cabelo, olhos, coxas, nádegas, barriga, entre outros). Para cada item o sujeito pode selecionar uma das cinco opções de resposta: 1 - Não gosto nada e desejaria ser diferente; 2 - Não gosto, mas tolero; 3 - É-me indiferente; 4 - Estou satisfeito (a) 5 - Considero-me favorecido (a). O índice de satisfação com a imagem

corporal é obtido através da soma dos vinte e dois itens, podendo os valores variar entre os 22 e os 110 pontos, sendo que quanto mais elevado for o valor final obtido, maiores são os índices de satisfação com a imagem corporal que o sujeito possui.

Neste estudo foi utilizada uma versão para investigação, traduzida e adaptada para a população portuguesa por Abrantes (1998). O questionário apresenta uma excelente fiabilidade ($\alpha = .92$), relativamente à consistência interna (Anexo 6 e Anexo 7).

Com o intuito de avaliar as qualidades psicométricas da *BISQ* na amostra em estudo, calculou-se o índice de consistência interna através do *alpha de Cronbach*. Aferiu-se a existência de um valor de .91 para o período remetente ao antes da Covid-19 (perceção) e um valor de .93 para a escala total referente ao pós-Covid-19, valores esses que revelam uma consistência interna excelente.

4.7. Procedimentos

Primeiramente é de ressaltar que ao longo da execução do presente estudo, considerou-se o cronograma estabelecido previamente, de modo a cumprir as tarefas propostas (Anexo 1). Para a realização desta investigação, foi primeiramente solicitado aos autores dos instrumentos selecionados, a autorização para a utilização desses mesmos instrumentos, tendo sido concedida aprovação por parte de ambos para prosseguir com o estudo. Posteriormente foi também pedida autorização à Direção Geral da Educação para a aplicação de inquéritos em meio escolar, tendo sido igualmente obtida uma resposta favorável. Em seguida foi solicitada a autorização aos diretores das instituições de ensino selecionadas para a recolha de dados (Anexo 8 e Anexo 9). Após o consentimento por parte dos mesmos, procedeu-se à articulação com alguns dos professores para tornar possível o processo de recolha de dados. Inicialmente foi concedido aos alunos um documento informativo acerca do estudo e dos seus objetivos (Anexo 10), bem como um pedido de autorização para os respetivos encarregados de educação dos alunos com idades entre os 12 e os 17 anos (Anexo 11 e Anexo 12). Depois das autorizações serem cedidas, acordou-se quer com os professores, quer com os alunos, qual o dia em que a aplicação de questionários iria decorrer, tendo tudo decorrido da forma planeada.

Este estudo incorporou o questionário sociodemográfico, bem como os instrumentos referidos anteriormente: Escala de autoestima de Rosenberg (Santos &

Maia, 2003) e Questionário de satisfação com a imagem corporal (Abrantes, 1998). Ressalta-se que cada aluno teve de responder duas vezes a cada instrumento, atendendo à percepção daquilo que o próprio considerava sentir antes da Covid -19 e aquilo que sentia, à data, no pós-Covid-19. É de extrema importância salientar que os jovens esclareceram todas as suas dúvidas e que lhes foi garantida total confidencialidade e anonimato.

Após o seu preenchimento, que durou cerca de 25 minutos, os dados foram recolhidos, codificados e introduzidos no programa IBM SPSS Statistics versão 25 para tratamento estatístico. Por fim, destaca-se que antes da análise estatística dos dados, foi calculada a normalidade da amostra com o intuito de perceber se os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias se confirmavam ou não. Atendendo aos resultados obtidos, foram selecionados os testes paramétricos ou não paramétricos mais adequados para proceder à análise das variáveis.

4.8. Descrição da amostra

A amostra foi constituída por 311 adolescentes de entre os quais 202 são do género feminino e 109 do género masculino. As idades variam entre os 12 e os 18 anos, sendo a média de idades de 14.55 (DP =1.88).

Relativamente ao ano de escolaridade dos jovens, este diverge entre o 7º ano e o 12º ano ($M_{dn} = 9^\circ$ ano). No que toca ao curso frequentado, constata-se que a maioria dos sujeitos se encontra no 3º ciclo ($n = 160, 51.8 \%$), pelo que ainda não frequentam nenhum curso, porém dos jovens que frequentam o ensino secundário, 41 encontram-se no curso de Ciências e Tecnologias, 37 no curso de Ciências Socioeconómicas, 42 no curso de Artes Visuais e 29 no curso de Línguas e Humanidades.

De entre todos os participantes, a maior parte reside numa área predominantemente urbana ($n = 200, 69.7 \%$) e não pratica desporto nos seus tempos livres ($n = 158, 51.3\%$). Dos adolescentes que praticam desporto, a generalidade pratica muito (acima de 3h) ($n = 72, 24.1\%$).

No que concerne à infeção por Covid-19, a maioria dos adolescentes não foram infetados ($n= 258, 86.3\%$). Dos sujeitos infetados, 31 não tiveram sequelas (10.4%) (Tabela 1).

Tabela 1*Estatísticas descritivas da amostra*

Variável	Grupo	Frequência	Porcentagem
Género	Feminino	202	65.0
	Masculino	109	35.0
Idade	12 anos	60	19.3
	13 anos	49	15.8
	14 anos	45	14.5
	15 anos	51	16.4
	16 anos	50	16.1
	17 anos	36	11.6
	18 anos	20	6.4
Ano de escolaridade	7º ano	61	19.7
	8º ano	46	14.8
	9º ano	53	17.1
	10º ano	56	18.1
	11º ano	49	15.8
	12º ano	45	14.5
Curso	Ciências e Tecnologias	41	13.3
	Ciências Socioeconómicas	37	12.0
	Artes Visuais	42	13.6
	Línguas e Humanidades	29	9.4
Localidade de residência	Área predominantemente urbana	200	69.7
	Área mediantemente urbana	86	30.0
	Área predominantemente rural	1	0.3
Desporto nos tempos livres	Sim	150	48.7
	Não	158	51.3
Horas por semana	Pratica pouco (menos de 3h ou 3h)	69	23.1
	Pratica muito (acima de 3h)	72	24.1
Infeção por Covid-19	Sim	41	13.7
	Não	258	86.3
Se sim, sequelas ou não	Não teve sequelas	31	10.4
	Teve sequelas	9	3

5. Apresentação e Discussão dos Resultados

Para proceder à análise dos dados recorreu-se ao programa estatístico IBM SPSS Statistics 28. Nos pontos abaixo descritos serão apresentados os resultados dos vários testes utilizados para responder às hipóteses e às questões de investigação do estudo, bem como a discussão dos mesmos.

Numa primeira fase são considerados os resultados da variação da autoestima (pré e pós-Covid-19) em função das variáveis sociodemográficas. Segue-se a discussão da relação entre a satisfação com a imagem corporal (pré e pós-Covid-19) em função das variáveis sociodemográficas.

Posteriormente, serão ainda expostas a relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal (pré e pós-Covid-19). Será também aqui apresentada, em último lugar, a discussão das questões de investigação referentes à relação entre a autoestima (pré e pós-Covid-19), finalizando com a discussão da satisfação com a imagem corporal (pré e pós-Covid-19).

5.1. Descrição da autoestima e da satisfação com a imagem corporal

Relativamente à caracterização da amostra em função da autoestima, a pontuação média do questionário relativo à perceção da autoestima antes da Covid-19 apresenta-se acima da média ($M = 28.16$, $DP = 5.37$), atendendo aos valores mínimos ($mín = 10$) e aos valores máximos ($máx = 40$) possíveis do instrumento. No que diz respeito à autoestima pós-Covid-19 apesar dos valores terem diminuído, encontram-se igualmente acima da média ($M = 27.46$, $DP = 6.55$), tendo em conta mais uma vez os valores mínimos e máximos expostos anteriormente.

No que toca à satisfação com a imagem corporal, tendo em conta os valores mínimos ($mín = 22$) e os valores máximos ($máx = 110$), evidencia-se que, quer a perceção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 ($M = 75.46$, $DP = 14.83$) quer a satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 ($M = 76.18$, $DP = 17.08$) revelam valores acima da média (Tabela 2). Todavia, verifica-se um aumento da satisfação com a imagem corporal no pós-Covis-19. Levando em conta que o presente questionário permite a avaliação individual dos diferentes constituintes corporais, os valores referentes à média e ao desvio padrão encontram-se patentes em anexo (Anexo 13).

Tabela 2*Descrição das variáveis principais do estudo*

Variáveis	Média	Desvio Padrão
Autoestima antes da Covid-19 (percepção)	28.16	5.37
Autoestima pós-Covid-19	27.46	6.55
Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (percepção)	75.46	14.83
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19	76.18	17.08

5.2. Autoestima e o gênero

Atendendo à primeira hipótese do presente estudo “Espera-se que os rapazes apresentem uma autoestima mais elevada do que as raparigas”, procedeu-se à verificação das diferenças da autoestima em função do gênero dos adolescentes. Assim como foi mencionado anteriormente, uma vez que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), utilizou-se o teste paramétrico *t de Student* para efetuar a comparação de dois grupos independentes.

A hipótese não foi confirmada, dado que não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas considerando o gênero no que concerne à percepção da autoestima antes da Covid-19 ($p = .097$) (Tabela 3) e à autoestima pós-Covid-19 ($p = .279$) (Tabela 3.1). Isto significa que os adolescentes da amostra não demonstram diferenças em função do gênero, quando se trata da percepção da autoestima (antes da Covid-19) e da autoestima pós-Covid-19.

Tabela 3*Percepção da Autoestima (antes da Covid-19) e gênero*

	Masculino (n =107)		Feminino (n =198)		Significância Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)	30.785	4.493	26.748	5.274	6.711	303	.097

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Contudo, pode observar-se que os rapazes percecionam um nível mais elevado de autoestima (antes da Covid-19) do que as raparigas e no pós-Covid-19 também apresentam valores superiores às raparigas ao nível da autoestima.

Tabela 3.1

Autoestima (pós-Covid-19) e género

	Masculino (n =107)		Feminino (n =194)		Significância Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Autoestima (pós-Covid-19)	30.692	5.949	25.670	6.184	6.834	299	.279

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Importa salientar que apesar da inexistência de diferenças significativas entre as variáveis, os resultados patenteados vão ao encontro da literatura ao serem evidenciados níveis superiores de autoestima entre os rapazes em relação às raparigas, o que também se verificou no estudo realizado por Silva (2018), Fernandes e colaboradores (2017), Ingólfssdóttir (2017), Ramos (2017), Zamani e colaboradores (2017), Rosa (2016), Fernandes (2012), Romano e colaboradores (2007) e Carvalho e Carquejo (2004).

Atualmente verifica-se que quer os rapazes, quer as raparigas, são assombrados pelo culto do corpo perfeito, que se caracteriza pela preocupação exacerbada com o modelo do seu corpo. Neste sentido, procuram aproximar-se dos padrões de beleza a que são expostos pelos *media*, sendo que ao não conseguirem obter os resultados que desejam ficam frustrados e com a autoestima fragilizada.

Para além disso, numa época em que as redes sociais assumem cada vez mais importância no dia-a-dia dos jovens, estes são confrontados com as “vidas perfeitas” que muitas das vezes se quer transparecer, criando uma ilusão daquilo que na realidade não existe, mas que pode igualmente debilitar os adolescentes, que são expostos a vidas/contextos que não conseguem replicar.

Posto isto, acredita-se que a inexistência de diferenças significativas ao nível da autoestima, tendo em consideração o género dos jovens, é o resultado das pressões sociais a que tanto as raparigas como os rapazes são expostos.

5.3. Autoestima e o ano de escolaridade

Tendo em consideração a segunda hipótese deste estudo “A autoestima varia em função do ano de escolaridade dos adolescentes” e visto que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), aplicou-se o teste de associação *Pearson* para perceber qual a relação existente entre as duas variáveis.

Os resultados expostos na tabela (Tabela 4) demonstram que existe uma relação significativa e negativa entre a percepção da autoestima antes da Covid-19 e o ano de escolaridade dos jovens ($r = -.218$, $p = <.001$), isto é quanto maior o ano de escolaridade, mais baixa a percepção de autoestima dos adolescentes.

Tabela 4

Percepção da Autoestima (antes da Covid-19) e ano de escolaridade

		Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)
Ano de escolaridade	r	-.218
	p	<.001***
	N	304

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

De forma a perceber, quais as diferenças evidenciadas ao nível da percepção da autoestima antes da Covid-19 tendo em consideração o ano de escolaridade frequentado por parte dos jovens, utilizou-se o teste *ANOVA*. Atestou-se a existência de diferenças significativas entre a percepção da autoestima antes da Covid-19 e o ano de escolaridade dos jovens ($F = 4.937$, $p = <.001$), sendo que a pontuação média mais alta encontrada foi nos estudantes que frequentam o 8º ano de escolaridade ($M = 30.111$, $DP = 4.667$) e a pontuação média mais baixa encontrada foi nos jovens que frequentam o 11º ano de escolaridade ($M = 26.396$, $DP = 6.063$) (Tabela 4.1).

Tabela 4.1*Percepção da Autoestima (antes da Covid-19) e ano de escolaridade*

	7º ano (n = 59)	8º ano (n = 45)	9º ano (n = 53)	10º ano (n = 55)	11º ano (n = 48)	12º ano (n = 44)	<i>ANOVA</i>	
	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	F	P
Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)	29.932 (5.349)	30.111 (4.667)	28.264 (4.583)	26.473 (5.402)	26.396 (6.063)	27.841 (4.927)	4.937	<.001 ***

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; f = Teste *Anova* p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Por outro lado, verificou-se que não existe uma relação estatisticamente significativa entre a autoestima pós-Covid-19 e o ano de escolaridade dos adolescentes ($p = .267$) (Tabela 4.2).

Face aos resultados expostos, a segunda hipótese deste estudo foi parcialmente confirmada dado que, os resultados divergem nos dois momentos temporais, existindo resultados significativos no pré-Covid-19 e resultados não significativos no pós-Covid-19.

Tabela 4.2*Autoestima (pós-Covid-19) e ano de escolaridade*

		Autoestima (pós-Covid-19)
	r	.064
Ano de escolaridade	p	.267
	N	300

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

Os resultados evidenciados na presente investigação divergem das conclusões aferidas por Anastácio e Carvalho (2006), onde se verifica que são os alunos do 7º ano a ostentar uma autoestima significativamente mais baixa do que os estudantes que frequentam o 9º ano, o 11º ano e o 12º ano. Por sua vez, neste estudo são os alunos do 7º ano a apresentar uma percepção de autoestima antes da Covid-19 significativamente mais elevada do que os alunos do 9º ano, 10º ano, 11º ano e 12º ano.

Para além disso, diverge também do estudo levado a cabo por Rafei (2009) que afirma serem os alunos do 11º ano a expor os níveis mais elevados de autoestima e os estudantes do 10º ano a evidenciar os níveis mais reduzidos de autoestima, o que não acontece na presente investigação, sendo que são os estudantes do 8º ano a apresentar a pontuação média mais elevada ao nível da perceção de autoestima e os jovens que frequentam o 11º ano de escolaridade a revelar a pontuação média mais baixa.

No estudo efetuado por Abedalhafiz e colaboradores (2012), são os jovens do 9º ano a patentear uma autoestima mais elevada e os alunos do 8º ano a exibir uma autoestima mais baixa, o que demonstra mais uma vez inconformidade com a presente investigação, onde são os adolescentes que frequentam o 8º ano a apresentar a perceção de autoestima antes da Covid-19 mais elevada.

Por último, na investigação realizada por Peixoto (2003), apesar de não se verificar a existência de uma relação significativa, foram os alunos do 9º ano a demonstrar níveis de autoestima mais elevados do que os estudantes do 7º ano e 11º ano, contrariando parcialmente os resultados deste estudo, uma vez que apesar dos alunos do 9º ostentarem uma perceção de autoestima antes da Covid-19 mais elevada do que os estudantes do 11º ano, o mesmo não acontece no que toca aos alunos do 7º ano.

Em suma, a literatura mostra-nos diferenças ao nível da autoestima em função do ano de escolaridade, sendo que na maioria dos casos são os jovens que frequentam anos de escolaridade inferiores a evidenciar níveis de autoestima inferiores e os adolescentes a frequentar anos de escolaridade superiores a demonstrarem níveis de autoestima superiores.

No presente estudo acontece precisamente o contrário, sendo os alunos do 3º ciclo a revelarem uma perceção de autoestima antes da Covid-19 mais elevada do que os alunos do ensino secundário. Apesar destes dados se remeterem para a perceção dos jovens antes da Covid-19, e não à autoestima no pós-Covid-19, existem outras hipóteses explicativas para a divergência dos resultados.

O facto das exigências e a responsabilidade se intensificarem à medida que o ano de escolaridade aumenta, pode explicar a diminuição dos níveis de autoestima entre os alunos que frequentam anos de escolaridade superiores. A aproximação ao ensino superior trás consigo receios, dúvidas e inseguranças que impactam a autoestima dos adolescentes.

No que tange à inexistência de uma relação significativa entre a autoestima pós-Covid-19 e o ano de escolaridade, este pode ser o resultado do impacto físico e psicológico decorrente da Covid-19, que englobou todos os adolescentes e, por isso mesmo, não se verificarem níveis de autoestima tão diferenciados entre anos de escolaridade.

5.4. Autoestima e o curso

Considerando a terceira hipótese deste estudo “A autoestima não varia em função do curso frequentado” e dado que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), empregou-se o teste *ANOVA* para analisar as diferenças evidenciadas ao nível da autoestima em função do curso frequentado pelos jovens.

Constatou-se a existência de diferenças significativas entre a percepção da autoestima antes da Covid-19 e o curso dos adolescentes ($F = 7.230$, $p = <.001$), sendo que a pontuação mais alta encontrada foi nos alunos que frequentam o curso de Ciências e Tecnologias ($M = 28.487$, $DP = 5.656$), ao passo que a pontuação média mais baixa encontrada foi nos jovens que estudam Artes Visuais ($M = 25.095$, $DP = 5.467$) (Tabela 5).

Recorrendo ao teste de Gabriel, no que toca à percepção da autoestima antes da Covid-19, verifica-se uma diferença estatisticamente significativa entre os alunos de Artes Visuais e os alunos de Ciências e Tecnologias ($DM = 3.392$, $P = .032$).

Tabela 5

Percepção da Autoestima (antes da Covid-19) e curso

	AV (n = 42)	CT (n = 39)	CS (n = 37)	LH (n = 28)	<i>ANOVA</i>	
	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	F	P
Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)	25.095 (5.467)	28.487 (5.656)	27.676 (5.011)	26.179 (5.214)	7.230	<.001***

Legenda: AV = Artes Visuais; CT = Ciências e Tecnologias; CS = Ciências Socioeconómicas; LH = Línguas e Humanidades; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; f = Teste *Anova* p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Relativamente à autoestima pós-Covid-19 ($p = .380$) não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas em função do curso (Tabela 5.1).

Perante os dados expostos anteriormente, conclui-se que a terceira hipótese deste estudo foi parcialmente confirmada, uma vez que apesar de não existirem diferenças significativas no pós-Covid-19, existem diferenças significativas ao nível da percepção da autoestima antes da Covid-19 considerando o curso.

Tabela 5.1

Autoestima (pós-Covid-19) e curso

	AV (n = 40)	CT (n = 40)	CS (n = 36)	LH (n = 28)	ANOVA	
	M (DP)	M (DP)	M (DP)	M (DP)	F	P
Autoestima (pós- Covid-19)	25.800 (7.230)	28.275 (7.060)	28.472 (5.695)	27.929 (5.919)	1.052	.380

Legenda: AV = Artes Visuais; CT = Ciências e Tecnologias; CS = Ciências Socioeconómicas; LH = Línguas e Humanidades; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; f = Teste *Anova* p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Assim, a presente investigação difere parcialmente dos estudos de Azevedo (2005) e Dias (2013), sendo que os autores mencionados alegaram não existir diferenças ao nível da autoestima em função do curso frequentado, o que acontece igualmente neste estudo quando a autoestima foi avaliada remetendo para o pós-Covid-19. Porém, quando se estudou a percepção da autoestima antes da Covid-19, os resultados foram significativos, evidenciando diferenças significativas entre as variáveis.

É bastante distinto avaliar-se a autoestima ou a percepção da mesma, pelo que a percepção dos adolescentes pode não corresponder totalmente à realidade, justificando assim a discrepância entre as conclusões aferidas e a literatura. Para além do mais, os resultados foram recolhidos após a pandemia, o que pode facilitar a existência de uma percepção errónea em relação aos sentimentos do passado, dado o período impactante pelo qual os jovens passaram e o turbilhão de emoções com que se têm confrontado.

Uma outra explicação para a divergência de resultados pode dever-se ao facto dos alunos de Ciências e Tecnologias serem, muitas das vezes, sobrevalorizados pela sociedade, face à imagem pré-concebida de que esse é o curso mais difícil e só os melhores alunos o frequentam. Por sua vez, os alunos de Artes Visuais podem não se sentir tão confiantes com o curso que escolheram devido aos juízos de valor e preconceitos por vezes, associados, nomeadamente a ideia de que vestem roupas mais

ousadas, que fazem cortes de cabelo arrojados, entre outros. Neste sentido, acredita-se que esta crença se pode ter acentuado ou ser mais evidente na amostra deste estudo.

5.5. Autoestima e a prática de exercício físico

Atendendo à quarta hipótese do presente estudo “Espera-se que os adolescentes que praticam exercício físico apresentem níveis de autoestima superiores, comparativamente com os jovens que não praticam desporto” e como se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), recorreu-se ao teste paramétrico *t de Student* para realizar a comparação de dois grupos independentes.

A hipótese não foi confirmada, uma vez que não se verificaram diferenças estatisticamente significativas em função da prática de exercício físico no que se refere à percepção da autoestima antes da Covid-19 ($p = .931$) (Tabela 6) e à autoestima pós-Covid-19 ($p = .756$) (Tabela 6.1).

Tabela 6

Percepção da Autoestima (antes da Covid-19) e prática de exercício físico

	Pratica desporto (n = 146)		Não pratica desporto (n = 156)		Significância Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)	29.144	5.271	27.218	5.326	3.156	300	.931

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Apesar disso, evidencia-se que nos dois momentos temporais os jovens que praticam exercício físico revelam valores superiores de autoestima, comparativamente com os adolescentes que não praticam desporto.

Tabela 6.1*Autoestima (pós-Covid-19) e prática de exercício físico*

	Prática desporto (n = 144)		Não pratica desporto (n = 154)		Significância Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Autoestima (pós-Covid-19)	28.792	6.438	26.169	6.478	3.503	296	.756

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Os resultados aferidos nesta investigação divergem dos estudos de Carvalho e Carquejo (2004), Uçan e Çaglayan (2012) e Rosa (2016) uma vez que estes autores constataram diferenças significativas entre a autoestima e a prática de desporto, sendo os adolescentes que praticam atividade física a patentear níveis superiores de autoestima em comparação com os não praticantes de desporto.

Em contrapartida, vai ao encontro do estudo de Araújo (2001) ao serem constatados níveis de autoestima superiores, embora sem significado estatístico, entre os jovens que praticam exercício físico, comparativamente aos que não praticam.

O facto de a recolha de dados ter ocorrido no pós-Covid-19 pode ter influenciado a resposta dos jovens quanto à sua prática ou não de exercício físico, visto que a pandemia despoletou o fecho de alguns ginásios bem como clubes desportivos, podendo alguns dos jovens ainda não terem retomado às suas atividades habituais. Face a esta situação os adolescentes podem ter mencionado que não praticavam desporto por não o fazerem naquele momento temporal, porém antes da Covid-19 poderiam praticar exercício físico, o que tem influência direta na relação entre as variáveis, explicando assim a divergência de resultados com a literatura.

5.6. Satisfação com a imagem corporal e o género

Tendo em consideração a quinta hipótese deste estudo “Espera-se que os rapazes apresentem valores mais elevados de satisfação com a imagem corporal comparativamente com as raparigas” e visto que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), aplicou-se o teste paramétrico *t de Student* para efetuar a comparação de dois grupos independentes.

No que diz respeito à percepção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total), não se evidenciaram diferenças estatisticamente significativas em função do género dos adolescentes ($p = .563$), apesar de se constatar que os rapazes apresentam valores mais elevados do que as raparigas (Anexo 15).

Por outro lado, atesta-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre o género e a percepção da satisfação com a imagem corporal no que diz respeito: ao cabelo [$t(251.821) = 2.562, p = .001$], com os rapazes a apresentar valores superiores ($M = 3.798, DP = 1.061$) em relação às raparigas ($M = 3.455, DP = 1.232$), ao nariz [$t(259.914) = 3.998, p = .003$], sendo novamente os rapazes a exibir valores mais elevados ($M = 3.688, DP = .959$) do que as raparigas ($M = 3.195, DP = 1.164$), à pele [$t(284.706) = 3.970, p = <.001$], com os rapazes a evidenciar pontuações superiores ($M = 3.945, DP = .901$) às raparigas ($M = 3.452, DP = 1.258$), ao aspeto geral da face/rosto [$t(236.846) = 4.695, p = .010$], sendo os rapazes a demonstrar valores mais elevados ($M = 3.743, DP = 1.075$) do que as raparigas ($M = 3.125, DP = 1.160$), aos braços [$t(279.392) = 5.143, p = <.001$], sendo os rapazes a ostentar valores mais elevados ($M = 3.806, DP = .837$) do que as raparigas ($M = 3.219, DP = 1.145$), aos seios/peitorais [$t(253.529) = .689, p = .040$], com os rapazes a manifestar pontuações superiores ($M = 3.303, DP = .948$) relativamente às raparigas ($M = 3.220, DP = 1.113$), à cintura [$t(244.314) = 2.006, p = .040$], sendo os rapazes a apresentar valores superiores ($M = 3.519, DP = 1.037$) comparativamente às raparigas ($M = 3.258, DP = 1.175$), às nádegas [$t(256.140) = 2.205, p = .027$], com os rapazes a manifestar valores mais elevados ($M = 3.468, DP = .958$) do que as raparigas ($M = 3.198, DP = 1.137$) e às pernas [$t(263.020) = 6.553, p = .011$], sendo os rapazes a ostentar pontuações superiores ($M = 3.807, DP = .957$) relativamente às raparigas ($M = 2.995, DP = 1.180$) (Tabela 7).

No que toca à percepção da satisfação com a imagem corporal relativamente aos dentes, aos olhos, às orelhas, aos ombros, à barriga, às ancas, às coxas, à forma do corpo, à atitude/porte, ao peso, à altura, à condição física e à energia, não se constataram diferenças significativas tendo em consideração o género, embora se verifique que, a não ser na percepção de satisfação com os olhos, são os rapazes a exibir valores mais elevados (Anexo 15).

Tabela 7*Percepção da Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e género*

	Feminino			Masculino			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.455	1.232	198	3.798	1.061	109	2.562	251.821	.001**
Nariz	3.195	1.164	200	3.688	.959	109	3.998	259.914	.003**
Pele	3.452	1.258	199	3.945	.901	109	3.970	284.706	<.001***
Aspetto geral da face/rosto	3.125	1.160	200	3.743	1.075	109	4.695	236.846	.010*
Braços	3.219	1.145	201	3.806	.837	108	5.143	279.392	<.001***
Seios/Peitorais	3.220	1.113	200	3.303	.948	109	.689	253.529	.040*
Cintura	3.258	1.175	198	3.519	1.037	108	2.006	244.314	.040*
Nádegas	3.198	1.137	197	3.468	.958	109	2.205	256.140	.027*
Pernas	2.995	1.180	200	3.807	.957	109	6.553	263.020	.011*

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

No que concerne à satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total), também não se verificou a existência de diferenças estatisticamente significativas tendo em conta o género dos jovens ($p = .117$), apesar de se denotar que são os rapazes a apresentar pontuações mais elevadas na totalidade da escala (Anexo 16).

Evidencia-se resultados significativos entre o género e a satisfação com a imagem corporal no que concerne: ao cabelo [$t(257.153) = 2.237$, $p = .015$], com os rapazes a apresentar valores mais elevados ($M = 4.101$, $DP = 1.018$) do que as raparigas ($M = 3.810$, $DP = 1.217$), aos dentes [$t(260.199) = 4.017$, $p = <.001$], sendo os rapazes a exibir pontuações superiores ($M = 3.796$, $DP = 1.048$) em comparação com as raparigas ($M = 3.250$, $DP = 1.291$), ao nariz [$t(261.026) = 4.043$, $p = <.001$], com o género masculino a expor uma maior satisfação ($M = 3.743$, $DP = 1.004$) comparativamente com o género feminino ($M = 3.220$, $DP = 1.224$), à pele [$t(288.324) = 5.199$, $p = <.001$], sendo mais uma vez os rapazes a denotar valores superiores ($M = 4.083$, $DP = .862$) às raparigas ($M = 3.457$, $DP = 1.234$), ao aspeto geral da face/rosto [$t(248.584) = 5.403$, $p = <.001$], com pontuações mais elevadas nos rapazes ($M = 3.954$, $DP = 1.022$) do que nas raparigas ($M = 3.261$, $DP = 1.169$), à barriga [$t(238.757) = 4.087$, $p = .002$], sendo os rapazes a evidenciar pontuações mais elevadas ($M = 3.463$, $DP = 1.300$) em comparação com as raparigas ($M = 2.804$, $DP = 1.434$), às ancas [$t(250.230) = 2.980$, $p = .027$], sendo o género masculino a ostentar pontuações superiores ($M = 3.541$, $DP = 1.067$) relativamente ao género feminino ($M = 3.141$, $DP =$

1.231), à cintura [$t(244.971) = 2.381, p = .039$], sendo os rapazes a exibir uma maior satisfação ($M = 3.541, DP = 1.127$) do que as raparigas ($M = 3.207, DP = 1.264$), às coxas [$t(247.220) = 5.584, p = .013$], com os rapazes a expor valores superiores ($M = 3.697, DP = 1.135$) às raparigas ($M = 2.905, DP = 1.290$), às pernas [$t(260.195) = 6.540, p = .002$], com os rapazes a manifestar pontuações superiores ($M = 3.899, DP = 1.080$) às raparigas ($M = 2.990, DP = 1.310$), à forma do corpo [$t(247.889) = 5.568, p < .001$], sendo o género masculino a ostentar valores superiores ($M = 3.780, DP = 1.197$) comparativamente ao género feminino ($M = 2.945, DP = 1.364$), ao peso [$t(257.353) = 4.833, p < .001$], com valores mais elevados nos rapazes ($M = 3.560, DP = 1.190$) do que nas raparigas ($M = 2.824, DP = 1.423$), à condição física [$t(258.238) = 4.576, p < .001$], sendo os rapazes a exibir pontuações superiores ($M = 3.927, DP = 1.095$) em comparação com as raparigas ($M = 3.285, DP = 1.316$) e à energia [$t(262.469) = 4.513, p < .001$], de novo com valores mais elevados nos rapazes ($M = 4.138, DP = 1.109$) do que nas raparigas ($M = 3.490, DP = 1.364$) (Tabela 7.1).

Relativamente à satisfação com a imagem corporal no que respeita aos olhos, às orelhas, aos braços, aos seios/peitorais, aos ombros, às nádegas, à atitude/porte e à altura, não se constatou a existência de diferenças significativas em função do género, ainda que se revele que, a não ser na satisfação com os olhos, são os rapazes a evidenciar pontuações mais elevadas (Anexo 16).

Tabela 7.1

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e género

	Feminino			Masculino			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.810	1.217	200	4.101	1.018	109	2.237	257.153	.015*
Dentes	3.250	1.291	200	3.796	1.048	108	4.017	260.199	<.001***
Nariz	3.220	1.224	200	3.743	1.004	109	4.043	261.026	<.001***
Pele	3.457	1.234	199	4.083	.862	109	5.199	288.324	<.001***
Aspetto geral da face/rosto	3.261	1.169	199	3.954	1.022	109	5.403	248.584	<.001***
Barriga	2.804	1.434	199	3.463	1.300	108	4.087	238.757	.002**
Ancas	3.141	1.231	199	3.541	1.067	109	2.980	250.230	.027*
Cintura	3.207	1.264	198	3.541	1.127	109	2.381	244.971	.039*
Coxas	2.905	1.290	200	3.697	1.135	109	5.584	247.220	.013*
Pernas	2.990	1.310	199	3.899	1.080	109	6.540	260.195	.002**
Forma do corpo	2.945	1.364	199	3.780	1.197	109	5.568	247.889	<.001***

Continua

	Feminino			Masculino			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Peso	2.824	1.423	199	3.560	1.190	109	4.833	257.353	<.001***
Condição física	3.285	1.316	200	3.927	1.095	109	4.576	258.238	<.001***
Energia	3.490	1.364	200	4.138	1.109	109	4.513	262.469	<.001***

Continuação

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Tendo em consideração os resultados expostos anteriormente, constata-se que a quinta hipótese desta investigação foi parcialmente confirmada sendo que, apesar de não se aferirem diferenças significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal (pré e pós-Covid-19) em função do género, se verifica diversas diferenças significativas entre géneros, no que diz respeito aos constituintes específicos do corpo, com os rapazes a apresentar pontuações mais elevadas do que as raparigas.

Assim, o presente estudo encontra-se em conformidade com o estudo desenvolvido por Anastácio (2012), ao inferir que os rapazes apresentam uma maior satisfação com o seu corpo quando comparados com as raparigas, apesar de não se evidenciar uma relação significativa entre as variáveis.

Ao mesmo tempo, vai parcialmente ao encontro dos estudos efetuados por Veloso (2003), Carvalho e Carquejo (2004), Raposo e colaboradores (2014) e Silva (2016), que afirmam que os rapazes são mais satisfeitos com o corpo do que as raparigas, sendo que, apesar de neste estudo não se constatarem diferenças significativas na totalidade da escala, verificam-se diferenças significativas em vários constituintes corporais, com os rapazes a apresentarem-se mais satisfeitos do que as raparigas.

No estudo levado a cabo por Fernandes (2014), averiguou-se a existência de diferenças significativas entre o género e a satisfação com a imagem corporal no que diz respeito: aos aspetos faciais, à testa, ao nariz, aos ombros, aos braços, à barriga, às ancas, às coxas, às pernas, ao peso, à altura, à resistência física e ao nível de energia, sendo os rapazes a evidenciar níveis mais elevados de satisfação em comparação com as raparigas.

Por sua vez, o presente estudo afere a existência de diferenças significativas entre o género e a perceção de satisfação com a imagem corporal nos constituintes

corporais mencionados por Fernandes (2014), sendo os rapazes a apresentar valores mais elevados do que as raparigas, à exceção da testa (não avalia essa parte do corpo), dos ombros, da barriga, das ancas, das coxas, do peso, da altura, da resistência física e da energia, onde não foram constatadas diferenças significativas em função do género, contrapondo os resultados da investigação de Fernandes (2014). No que diz respeito à relação entre o género e a satisfação com a imagem corporal no que concerne ao aspeto geral da face/rosto, ao nariz, à barriga, às ancas, às coxas, às pernas, ao peso, à resistência física e à energia também se verificou que os rapazes exibem valores mais elevados do que as raparigas. Destaca-se apenas que não se verificaram diferenças significativas entre o género e a satisfação no que toca: à testa (não avalia essa parte do corpo), aos ombros, aos braços e à altura, divergindo do estudo de Fernandes (2014).

Por último, salienta-se que o presente estudo entra em desacordo com o estudo de Veloso (2003), onde se verificou que as raparigas apresentam valores superiores em termos de satisfação com o seu aspeto geral da face/rosto, o que não acontece nesta investigação; com o estudo levado a cabo por Anastácio (2012), onde se destaca a existência de níveis superiores de satisfação entre as raparigas no que concerne ao peso, o que também não acontece neste estudo; e finalmente com a investigação efetuada por Gatti e colaboradores (2014), onde se constata que as raparigas se encontram mais satisfeitas com o seu aspeto geral da face/rosto e com a sua atitude/porte em comparação com os rapazes, o que não se verifica nesta investigação.

Provavelmente as hipóteses explicativas para a divergência de resultados centram-se no facto dos dados terem sido recolhidos após a pandemia, o que poderá ter influenciado algumas das respostas dos adolescentes, fazendo com que os níveis de satisfação com a imagem corporal ou de perceção da mesma, não se distinguissem de forma tão significativa dos valores apresentados pelo género feminino, devido às repercussões que a Covid-19 teve nos jovens, que se encontravam numa fase de diversas transições e mudanças e se depararam com a maior de todas (pandemia).

Em relação aos estudos que aferem que as raparigas apresentam uma maior satisfação com o corpo do que os rapazes, estes referem-se apenas a partes do corpo em específico, pelo que se torna normativo que dependendo das características da amostra, as partes do corpo consideradas mais favorecidas sejam diferentes.

5.7. Satisfação com a imagem corporal e a idade

Levando em conta a sexta hipótese do presente estudo “A satisfação com a imagem corporal varia em função da idade dos adolescentes” e como se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), empregou-se o teste de associação *Pearson* para apurar qual a relação existente entre as duas variáveis. Importa apenas destacar que alguns dos resultados foram remetidos para anexo, dada a dimensão de algumas das tabelas e subsequentemente do presente trabalho. Acrescenta-se, porém, que nas situações em que isso acontece encontra-se presente no texto a identificação dos respectivos anexos.

Assim, é possível observar a existência de uma relação significativa e negativa entre a percepção da satisfação com a imagem corporal (total) antes da Covid-19 e a idade dos adolescentes ($r = -.225$, $p = <.001$), isto é quanto maior a idade dos jovens, menor a percepção da satisfação com a imagem corporal. Verifica-se igualmente a presença de relações significativas e negativas entre a idade dos jovens e a percepção da satisfação com a imagem corporal relativamente ao cabelo ($r = -.224$, $p = <.001$), ao nariz ($r = -.198$, $p = <.001$), à pele ($r = -.225$, $p = <.001$), ao aspeto geral da face/rosto ($r = -.127$, $p = .025$), aos braços ($r = -.286$, $p = <.001$), aos ombros ($r = -.175$, $p = .002$), à barriga ($r = -.160$, $p = .005$), às ancas ($r = -.178$, $p = .002$), às coxas ($r = -.133$, $p = .019$), às pernas ($r = -.171$, $p = .003$), à forma do corpo ($r = -.157$, $p = .006$), à atitude/porte ($r = -.156$, $p = .006$), ao peso ($r = -.154$, $p = .007$), à condição física ($r = -.175$, $p = .002$) e à energia ($r = -.120$, $p = .035$), o que significa que quanto mais velhos forem os jovens, menor é a percepção de satisfação com a imagem corporal no que tange aos constituintes corporais mencionados anteriormente (Anexo 17).

Por outro lado, não foram encontradas relações estatisticamente significativas entre a idade e a percepção da satisfação com a imagem corporal no que tange aos restantes constituintes corporais: dentes, olhos, orelhas, seios/peitorais, cintura, nádegas e altura (Anexo 17).

Com o intuito de verificar as diferenças existentes ao nível da percepção de satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 atendendo à idade dos adolescentes, utilizou-se o teste *ANOVA*. Os resultados totais encontram-se em anexo (Anexo 18).

No que concerne à relação entre a satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19 e a idade, os valores apresentados em anexo (Anexo 19) permitem perceber a inexistência de uma relação significativa entre as variáveis ($p = .285$).

Porém, evidencia-se a existência de relações significativas e negativas entre a idade e a satisfação com a imagem corporal no que tange às seguintes partes do corpo: a pele ($r = -.138$, $p = .015$), os braços ($r = -.214$, $p = <.001$) e os ombros ($r = -.116$, $p = .043$), o que significa que quanto maior a idade dos jovens, menor a satisfação com a imagem corporal relativamente à pele, aos braços e aos ombros (Tabela 8).

Não se observam relações significativas entre a idade e a satisfação com a imagem corporal no que tange: ao cabelo, aos dentes, aos olhos, às orelhas, ao nariz, ao aspeto geral da face/rosto, aos seios/peitorais, à barriga, às ancas, à cintura, às nádegas, às coxas, às pernas, à forma do corpo, à atitude/porte, ao peso, à altura, à condição física e à energia (Anexo 19).

Tabela 8

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e idade

		Idade
Pele	r	-.138
	p	.015*
	N	308
Braços	r	-.214
	p	<.001***
	N	309
Ombros	r	-.116
	p	.043*
	N	306

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

Com o propósito de aferir as diferenças ao nível da satisfação com a imagem corporal tendo em consideração a idade dos jovens, utilizou-se o teste *ANOVA*. Os resultados totais encontram-se em anexo (Anexo 20).

Assim, uma vez que se afere a existência de uma relação significativa e negativa entre a percepção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 e a idade e a inexistência de uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 e a idade, conclui-se que a sexta hipótese desta investigação foi parcialmente confirmada.

O presente estudo vai parcialmente ao encontro do estudo desenvolvido por Anastácio e Carvalho (2006), onde se concluiu que existe uma relação significativa e negativa entre a idade e a satisfação com a imagem corporal, o que significa que os jovens mais novos apresentam uma maior satisfação com o seu corpo. Nesta investigação afere-se a existência de uma relação significativa e negativa no que diz respeito à relação entre a percepção da satisfação com a imagem corporal (total) antes da Covid-19 e a idade dos adolescentes, isto é quanto maior a idade dos jovens, menor a percepção da satisfação com a imagem corporal, porém não se constatou a existência de uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19 e a idade.

Este estudo encontra-se também parcialmente de acordo com a investigação levada a cabo por Silva (2016), uma vez que o autor afirmou que não existem diferenças estatisticamente significativas quanto à satisfação com a imagem corporal em função da idade, o que se verifica no presente estudo no que diz respeito à satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19, porém não se constata o mesmo quando se trata da percepção da satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19).

Por fim, os resultados desta investigação não vão ao encontro do estudo efetuado por Gatti e colaboradores (2014), dado que estes concluem que os adolescentes mais velhos apresentam uma satisfação com rosto mais elevada quando comparados com os adolescentes mais novos, o que não acontece neste estudo quando avaliada a percepção dos jovens.

A divergência de resultados pode dever-se ao impacto que a Covid-19 teve nos adolescentes, uma vez que era verificada a existência de uma relação significativa entre a idade e a percepção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 e o mesmo não acontece no pós-Covid-19. Possivelmente os jovens sentiram-se tão afetados com a pandemia, que a própria se assume como um possível fator explicativo para a mudança de resultados, isto é, provavelmente os adolescentes apresentam níveis de autoestima menos discrepantes, pois todos foram impactados pela Covid-19 independentemente das suas idades.

5.8. Satisfação com a imagem corporal e o ano de escolaridade

Atendendo à sétima hipótese deste estudo “A satisfação com a imagem corporal varia em função do ano de escolaridade dos adolescentes” e visto que se confirmaram os

pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), aplicou-se o teste de associação *Pearson* para aferir a relação existente entre as variáveis. Destaca-se que alguns dos resultados foram remetidos para anexo dada a dimensão das tabelas. Acrescenta-se, porém, que se encontra presente no texto a identificação dos respectivos anexos.

Os resultados apresentados em tabela (Anexo 21) mostram a existência de uma relação significativa e negativa entre a percepção da satisfação com a imagem corporal (total) antes da Covid-19 e o ano de escolaridade dos adolescentes ($r = -.249$, $p < .001$) isto é, quanto maior for o ano de escolaridade frequentado pelos jovens, menor é a percepção da satisfação com a imagem corporal.

O mesmo se verifica na relação entre o ano de escolaridade e a percepção da satisfação com a imagem corporal no que toca ao cabelo ($r = -.242$, $p < .001$), ao nariz ($r = -.190$, $p < .001$), à pele ($r = -.246$, $p < .001$), ao aspeto geral da face/rosto ($r = -.134$, $p = .018$), aos braços ($r = -.320$, $p < .001$), aos seios/peitorais ($r = -.139$, $p = .015$), aos ombros ($r = -.193$, $p < .001$), à barriga ($r = -.160$, $p = .005$), às ancas ($r = -.187$, $p < .001$), às coxas ($r = -.143$, $p = .012$), às pernas ($r = -.187$, $p < .001$), à forma do corpo ($r = -.193$, $p < .001$), à atitude/porte ($r = -.158$, $p = .006$), ao peso ($r = -.179$, $p = .002$), à condição física ($r = -.184$, $p = .001$) e à energia ($r = -.121$, $p = .034$), melhor dizendo, quanto maior o ano de escolaridade frequentado pelos adolescentes, menor a percepção de satisfação com a imagem corporal relativamente aos constituintes corporais destacados (Anexo 21).

Relativamente à percepção da satisfação com a imagem corporal no que se refere aos dentes, aos olhos, às orelhas, à cintura, às nádegas e à altura, não se evidenciaram relações significativas em função do ano de escolaridade (Anexo 21).

De modo a perceber as diferenças ao nível da percepção de satisfação com a imagem corporal tendo em conta o ano de escolaridade dos adolescentes, empregou-se o teste *ANOVA*. Os resultados totais encontram-se em anexo (Anexo 22).

No que tange à relação entre a satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19 e o ano de escolaridade dos adolescentes, os valores patentes em tabela (Anexo 23) apontam para a inexistência de uma relação significativa entre as variáveis ($p = .330$).

Em contrapartida, demonstra-se a existência de relações significativas e negativas entre o ano de escolaridade e a satisfação com a imagem corporal no que

concerne à pele ($r = -.163$, $p = .004$), aos braços ($r = -.234$, $p = <.001$) e aos ombros ($r = -.115$, $p = .046$), isto significa que quanto maior for o ano de escolaridade, menor é a satisfação com a imagem corporal em relação à pele, aos braços e aos ombros (Tabela 9).

Por último, destaca-se a inexistência de relações significativas entre o ano de escolaridade dos adolescentes e a satisfação com a imagem corporal relativamente aos seguintes constituintes corporais: cabelo, dentes, olhos, orelhas, nariz, aspeto geral da face/rosto, seios/peitorais, barriga, ancas, cintura, nádegas, coxas, pernas, forma do corpo, atitude/porte, peso, altura, condição física e energia (Anexo 23).

Tabela 9

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e ano de escolaridade

	Ano de escolaridade	
Pele	r	-.163
	p	.004**
	N	307
Braços	r	-.234
	p	<.001***
	N	308
Ombros	r	-.115
	p	.046*
	N	305

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05^*$ = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

De modo a avaliar as diferenças existentes ao nível da satisfação com a imagem corporal atendendo ao ano de escolaridade dos adolescentes, empregou-se o teste *ANOVA*. Os resultados totais encontram-se em anexo (Anexo 24).

Considerando que antes da Covid-19 se constatava uma relação significativa entre as variáveis e no pós-Covid-19 isso deixou de acontecer, atesta-se que a sétima hipótese deste estudo foi parcialmente confirmada.

O presente estudo discorda em parte com os resultados obtidos na investigação de Anastácio e Carvalho (2006), dado que se constatou níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal entre os alunos do 8º ano em comparação com os alunos do 11º ano, o que não acontece totalmente nesta investigação. Assim, quando o foco se centra na perceção de satisfação com a imagem corporal são os jovens do 8º ano a evidenciar uma perceção de satisfação mais elevada do que os adolescentes que

frequentam o 11º ano de escolaridade, porém, no que toca à satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 não são evidenciadas relações significativas.

Para além disso, Anastácio e Carvalho (2006) destacam a existência de uma relação significativa no que concerne à satisfação com a altura em função do ano de escolaridade, com os alunos do 12ª ano a evidenciar uma maior satisfação com a sua altura quando comparados com os alunos do 10º ano, o que não acontece neste estudo pois não existem relações significativas entre as variáveis.

No estudo levado a cabo por Gupta (2012) foram constatados valores mais elevados ao nível da satisfação com a imagem corporal nos adolescentes que frequentavam o 7º ano e níveis mais reduzidos nos jovens do 9º ano, o que acontece nesta investigação quando foram avaliadas as perceções dos jovens face à satisfação com a sua imagem corporal. Relativamente à satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 e o ano de escolaridade não se verificam relações significativas.

Relativamente ao estudo desenvolvido por Henriques (2009), onde se verificou que os níveis de satisfação com a imagem corporal diferem em função do ano de escolaridade dos adolescentes, sendo os adolescentes do 2º ciclo a apresentar pontuações mais elevadas comparativamente aos jovens do 3º ciclo, pode-se afirmar que apesar desta investigação não englobar alunos do 2º ciclo, os resultados demonstram que quanto maior for o ano de escolaridade frequentado menor a perceção de satisfação com a imagem corporal.

Por último, esta investigação discorda parcialmente dos resultados denotados por Lemos e colaboradores (2017) onde se concluiu que apesar de não se evidenciar a existência de uma relação significativa relativamente à satisfação com a imagem corporal em função do ano de escolaridade dos adolescentes, são os alunos do ensino secundário a apresentar níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal comparativamente com os alunos do 2º e 3º ciclo. Assim, vai ao encontro deste estudo ao não serem encontradas relações significativas entre a satisfação com a imagem corporal (total) e o ano de escolaridade, porém, foram aferidas relações significativas e negativas entre o ano de escolaridade e a satisfação com a imagem corporal no que toca: aos ombros, à pele e aos braços, o que significa que quanto maior for o ano de escolaridade, menor é a satisfação com a imagem corporal em relação aos ombros, à pele e aos braços.

As hipóteses explicativas para a divergência de resultados com a literatura, podem advir do facto dos estudantes no pós-Covid-19 passarem a dar a mesma importância ao corpo, independentemente dos anos de escolaridade frequentados. Uma vez que o isolamento social fez com que os jovens passassem mais tempo consigo mesmos, podem ter-se centrado no próprio corpo e com os constituintes corporais que têm mais ou menos apreço. Desta forma é expectável que os níveis de satisfação com a imagem corporal não sejam tão desfasados entre anos de escolaridade.

5.9. Satisfação com a imagem corporal e a localidade de residência

Atendendo à oitava hipótese deste estudo “A satisfação com a imagem corporal varia em função da localidade de residência dos adolescentes” e visto que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), aplicou-se o teste paramétrico *t de Student* para efetuar a comparação de dois grupos independentes.

No que concerne à perceção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total), não se aferiram diferenças estatisticamente significativas em função da localidade de residência dos jovens ($p = .630$), apesar de se constatar que os adolescentes que residem em área mediantemente urbana ostentam valores mais elevados do que os jovens que residem em área predominantemente urbana (Anexo 25).

Por outro lado, atesta-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre a localidade de residência e a perceção da satisfação com a imagem corporal no que diz respeito à pele [$t(208.048) = -1.866, p = <.001$], sendo os adolescentes que residem numa área mediantemente urbana a perceberem uma maior satisfação com a pele ($M = 3.798, DP = .941$) do que os adolescentes que residem numa área predominantemente urbana ($M = 3.543, DP = 1.270$), ao aspeto geral da face/rosto [$t(184.250) = -2.167, p = .009$], com os jovens que habitam em área mediantemente urbana a expor pontuações superiores ($M = 3.529, DP = 1.042$) em comparação com os adolescentes que habitam em área predominantemente urbana ($M = 3.221, DP = 1.219$), à atitude/porte [$t(198.575) = -1.319, p = .003$], sendo os jovens que vivem numa área mediantemente urbana a apresentar valores mais elevados ($M = 3.571, DP = .935$) do que os jovens que vivem numa área predominantemente urbana ($M = 3.396, DP = 1.198$) e à condição física [$t(176.837) = -1.162, p = .035$], sendo novamente os adolescentes que habitam numa área mediantemente urbana a demonstrar uma perceção de satisfação mais elevada ($M = 3.659, DP = 1.097$) do que jovens que vivem numa área

predominantemente urbana (M = 3.487, DP = 1.230). Isto significa que os adolescentes que residem numa área mediantemente urbana percebem uma maior satisfação com a pele, o aspeto geral da face/rosto, a atitude/porte e a condição física do que os jovens que vivem numa área predominantemente urbana (Tabela 10).

Não se evidenciaram diferenças significativas em função da localidade de residência dos adolescentes, no que toca à percepção da satisfação com a imagem corporal relativamente ao cabelo, aos dentes, aos olhos, às orelhas, ao nariz, aos braços, aos seios/peitorais, aos ombros, à barriga, às ancas, à cintura, às nádegas, às coxas, às pernas, à forma do corpo, ao peso, à altura e à energia (Anexo 25).

Tabela 10

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e localidade de residência

	APU			AMU			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Pele	3.543	1.270	199	3.798	.941	84	-1.866	208.048	<.001***
Aspeto geral da face/rosto	3.221	1.219	199	3.529	1.042	85	-2.167	184.250	.009**
Atitude/Porte	3.396	1.198	197	3.571	.935	84	-1.319	198.575	.003**
Condição física	3.487	1.230	199	3.659	1.097	85	-1.162	176.837	.035*

Legenda: APU = Área Predominantemente Urbana; AMU = Área Mediantemente Urbana; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

No que concerne à satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19, também não foram encontradas diferenças significativas em função da localidade de residência ($p = .799$) (Anexo 26).

Porém constataram-se diferenças significativas entre a localidade de residência e a satisfação com a imagem corporal no que se refere: ao cabelo [$t(138.038) = 1.182$, $p = .012$], com os adolescentes que residem numa área predominantemente urbana a apresentar uma maior satisfação com o cabelo (M = 3.935, DP = 1.120) em comparação com os jovens que vivem numa área mediantemente urbana (M = 3.741, DP = 1.320), à pele [$t(190.489) = -.619$, $p = .012$], sendo os alunos que habitam em área mediantemente urbana a exibir uma satisfação com a pele mais elevada (M = 3.718, DP = 1.007) do que os jovens que residem em área predominantemente urbana (M = 3.631, DP = 1.218) e à

condição física [$t(187.508) = -1.792, p = .008$], com os jovens que vivem numa área mediantemente urbana a ostentar uma maior satisfação com a condição física ($M = 3.706, DP = 1.111$) quando comparados com os adolescentes que habitam numa área predominantemente urbana ($M = 3.432, DP = 1.324$) (Tabela 10.1).

Não se aferem diferenças significativas em função da localidade de residência relativamente à satisfação com a imagem corporal no que toca: aos dentes, aos olhos, às orelhas, ao nariz, ao aspeto geral da face/rosto, aos braços, aos seios/peitorais, aos ombros, à barriga, às ancas, à cintura, às nádegas, às coxas, às pernas, à forma do corpo, à atitude/porte, ao peso, à altura e à energia (Anexo 26).

Tabela 10.1

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e localidade de residência

	APU			AMU			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.935	1.120	199	3.741	1.320	85	1.182	138.038	.012*
Pele	3.631	1.218	198	3.718	1.007	85	-.619	190.489	.012*
Condição física	3.432	1.324	199	3.706	1.111	85	-1.792	187.508	.008**

Legenda: APU = Área Predominantemente Urbana; AMU = Área Mediantemente Urbana; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Atendendo à inexistência de diferenças significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal, no pré e pós-Covid-19, em função da localidade de residência, conclui-se que a oitava hipótese da presente investigação não foi confirmada.

Na investigação levada a cabo por Petroski e colaboradores (2009) revelou-se que os adolescentes que residiam numa área urbana apresentavam uma maior satisfação com o corpo comparativamente aos jovens que habitavam em meio rural, o que não é possível aferir neste estudo, pois entendeu-se que seria melhor não considerar o único adolescente a residir em área predominantemente rural nesta análise estatística, pois não seria possível generalizar os resultados atendendo às respostas de uma só pessoa.

No que concerne ao estudo efetuado, anos mais tarde, por Petroski e colaboradores (2012) constatou-se uma relação significativa entre a satisfação com a imagem corporal e a área de residência, sendo os adolescentes que habitam em meio rural a revelar uma maior satisfação com a sua imagem corporal, em comparação com

os jovens que vivem em meio urbano. Assim, não é possível averiguar tais resultados uma vez que na amostra existem apenas adolescentes a residir em área predominantemente urbana e mediantemente urbana.

Por último, na investigação desenvolvida por Raposo e colaboradores (2014) denotou-se que os jovens que habitam em meio urbano apresentam níveis superiores de satisfação com a imagem corporal comparativamente aos jovens que habitam em meio rural, o que também não é possível identificar neste estudo.

Assim sendo, é de importância salientar que na literatura não são expostas diferenças ao nível da satisfação com a imagem corporal entre os adolescentes que residem em área mediantemente urbana, sendo que o foco se centra apenas em áreas urbanas ou áreas rurais, não existindo diferenciação entre a área mediantemente urbana e a predominantemente urbana. Ainda assim, se a amostra deste estudo fosse composta por um número significativo de adolescentes a residir em área predominantemente rural, seria um contributo importante para a literatura serem aferidas as diferenças ao nível da satisfação corporal, atendendo aos três tipos de áreas de residência.

5.10. Satisfação com a imagem corporal e a prática de exercício físico

Atendendo à nona hipótese deste estudo “Espera-se que os adolescentes que praticam exercício físico apresentem valores mais elevados de satisfação com a sua imagem corporal, comparativamente com os adolescentes que não praticam exercício físico” e visto que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), utilizou-se o teste paramétrico *t de Student* para proceder à comparação de dois grupos independentes.

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas no que concerne à perceção da satisfação com a imagem corporal (total) antes da Covid-19 ($p = .225$) (Anexo 27), apesar de se constatar que os jovens que praticam desporto evidenciam perceções de maior satisfação com a imagem corporal (total).

Ainda assim, denota-se a existência de diferenças significativas entre a prática de exercício físico e a perceção de satisfação com a imagem corporal no que toca às ancas [$t(295.771) = .489, p = .030$], sendo os jovens que se exercitam fisicamente a evidenciar valores superiores ($M = 3.293, DP = 1.218$) comparativamente aos adolescentes que não fazem desporto ($M = 3.229, DP = 1.067$), entre a prática de exercício físico e a perceção de satisfação com a imagem corporal no que tange às coxas

[$t(297.627) = 2.394, p = .044$], com os jovens que praticam exercício físico a ostentar valores mais elevados ($M = 3.295, DP = 1.244$) do que os adolescentes que não praticam ($M = 2.968, DP = 1.138$) e entre a prática de desporto e a percepção de satisfação com a imagem corporal no que diz respeito à altura [$t(288.862) = -1.580, p = .003$], sendo os jovens que não praticam desporto a exibir pontuações superiores ($M = 3.618, DP = 1.077$) comparativamente com os adolescentes que praticam exercício físico ($M = 3.403, DP = 1.289$). É de salientar que os valores apresentados anteriormente se encontram em tabela (Tabela 11).

No que concerne à percepção da satisfação com a imagem corporal, relativamente: ao cabelo, aos dentes, aos olhos, às orelhas, ao nariz, à pele, ao aspeto geral da face/rosto, aos braços, aos seios/peitorais, aos ombros, à barriga, à cintura, às nádegas, às pernas, à forma do corpo, à atitude/porte, ao peso, à condição física e à energia, não se apuram a existência de diferenças significativas, porém a não ser na percepção de satisfação relativamente aos seios/peitorais, aos olhos e ao cabelo, os adolescentes que praticam desporto manifestam uma percepção de maior satisfação com a imagem corporal (Anexo 27).

Tabela 11

Percepção da Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e prática de exercício físico

	Pratica exercício físico			Não pratica exercício físico			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Ancas	3.293	1.218	150	3.229	1.067	157	.489	295.771	.030*
Coxas	3.295	1.244	149	2.968	1.138	156	2.394	297.627	.044*
Altura	3.403	1.289	149	3.618	1.077	157	-1.580	288.862	.003**

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

No que tange à satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19, os resultados demonstram a inexistência de diferenças significativas em função da prática de exercício físico ($p = .781$), independentemente de se observar que são os jovens que praticam desporto a revelar uma maior satisfação corporal (total) (Anexo 28).

Em contrapartida, averigua-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre a prática de exercício físico e a satisfação com a imagem corporal no

que diz respeito aos dentes [$t(298.947) = 4.185, p = .002$], sendo os alunos que se exercitam fisicamente a manifestar pontuações mais elevadas ($M = 3.737, DP = 1.096$) do que aqueles que não o fazem ($M = 3.159, DP = 1.308$), entre a prática de desporto e a satisfação com a imagem corporal em relação à pele [$t(302.191) = 2.001, p = .017$], com os adolescentes que fazem desporto a patentear valores superiores ($M = 3.811, DP = 1.084$) em comparação com os jovens que não praticam ($M = 3.548, DP = 1.211$), entre a prática de exercício físico e a satisfação com a imagem corporal relativamente aos seios/peitorais [$t(288.861) = 1.416, p = .017$], sendo novamente os alunos que se exercitam fisicamente a evidenciar pontuações mais elevadas ($M = 3.432, DP = 1.207$) do que os alunos que não o fazem ($M = 3.250, DP = 1.026$), entre a prática de exercício físico e a satisfação com a imagem corporal no que se refere às nádegas [$t(287.263) = 1.806, p = .005$], com os jovens que praticam desporto a ostentar valores superiores ($M = 3.439, DP = 1.230$) aos adolescentes que não praticam ($M = 3.204, DP = 1.030$), entre a prática de exercício físico e a satisfação com a imagem corporal no que toca às coxas [$t(297.547) = 2.776, p = .046$], com os jovens que fazem desporto a demonstrar valores superiores ($M = 3.389, DP = 1.344$) aos adolescentes que não praticam exercício físico ($M = 2.981, DP = 1.222$) e entre a prática de exercício físico e a satisfação no que toca à energia [$t(303.618) = 3.712, p = .003$], sendo mais uma vez os alunos que realizam exercício físico a apresentar pontuações mais elevadas ($M = 3.993, DP = 1.233$) comparativamente com aqueles que não realizam ($M = 3.446, DP = 1.346$) (Tabela 11.1).

No que respeita aos restantes constituintes corporais, nomeadamente o cabelo, os olhos, as orelhas, o nariz, o aspeto geral da face/rosto, os braços, os ombros, a barriga, as ancas, a cintura, as pernas, a forma do corpo, a atitude/porte, o peso, a altura e a condição física, não se evidenciam diferenças significativas, ainda que sejam os adolescentes que praticam exercício físico a ostentar valores superiores de satisfação com a imagem corporal (Anexo 28).

Tabela 11.1*Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e prática de exercício físico*

	Pratica exercício físico			Não pratica exercício físico			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Dentes	3.737	1.096	148	3.159	1.308	157	4.185	298.947	.002**
Pele	3.811	1.084	148	3.548	1.211	157	2.001	302.191	.017*
Seios/Peitorais	3.432	1.207	148	3.250	1.026	156	1.416	288.861	.017*
Nádegas	3.439	1.230	148	3.204	1.030	157	1.806	287.263	.005**
Coxas	3.389	1.344	149	2.981	1.222	157	2.776	297.547	.046*
Energia	3.993	1.233	149	3.446	1.346	157	3.712	303.618	.003**

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Assim sendo, afere-se que a nona hipótese deste estudo não foi confirmada pois não se evidenciaram diferenças significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal (totalidade da escala), pré e pós-Covid-19, em função da prática de desporto.

Os resultados aferidos nesta investigação não vão ao encontro das conclusões destacadas por Carvalho e Carquejo (2004) e por Raposo e colaboradores (2014) uma vez que os autores relatam a existência de diferenças significativas entre a satisfação com a imagem corporal e a prática de desporto, com níveis superiores de satisfação com a imagem corporal entre os praticantes de exercício físico. Como exposto anteriormente, neste estudo não foram identificadas diferenças significativas entre a satisfação com a imagem corporal (total), pré e pós-Covid-19, e a prática de desporto.

No estudo desenvolvido por Oliveira (2007), observou-se a existência de uma relação significativa entre a prática de ginástica acrobática e a satisfação com a imagem corporal, com valores mais elevados nas jovens que praticam ginástica. Ao nível dos constituintes específicos do corpo também se verificou a existência de diferenças significativas entre a prática de ginástica acrobática e a satisfação com a imagem corporal no que tange: à barriga, à cintura, à condição física, à energia e à aparência, sendo que as jovens praticantes apresentavam níveis superiores de satisfação em comparação com as não praticantes. Na presente investigação tal não acontece uma vez que não foram encontradas diferenças significativas ao nível da totalidade da escala. Nos constituintes corporais em que se evidenciaram diferenças significativas apenas vai ao encontro do estudo mencionado previamente, no que toca à satisfação com a energia, com valores mais elevados entre os jovens que praticam desporto.

Por último, diverge do estudo efetuado por Araújo (2001) dado que este aferiu a existência de diferenças significativas entre os níveis de satisfação com a imagem corporal e a prática de exercício físico, com as jovens que não praticam desporto a evidenciar uma maior satisfação com o corpo. No presente estudo, apesar da inexistência de diferenças significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal (total), pré e pós-Covid-19, são os jovens que praticam exercício físico que revelam maior satisfação com a imagem corporal.

Como mencionado anteriormente, a divergência de resultados em relação à literatura pode dever-se ao facto de alguns dos jovens terem mencionado que praticam desporto e não o fazerem e vice-versa. A Covid-19 despoletou o fecho de alguns ginásios e clubes desportivos e tendo sido os dados recolhidos no pós-Covid-19 alguns dos adolescentes podem não ter ainda retomado às suas atividades habituais. Para além disso, a discrepância de resultados em relação à literatura, pode dever-se ao ambiente de constante preocupação com o corpo que se vive nos ginásios, fazendo com que ao invés dos jovens se sentirem mais satisfeitos com o corpo em comparação com os adolescentes que não praticam desporto, ainda se sintam mais inseguros com o mesmo devido às recorrentes autoavaliações em relação à sua aparência física.

5.11. Autoestima e a satisfação com a imagem corporal

Tendo em consideração a décima hipótese deste estudo “Existe uma relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal dos adolescentes” e dado que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), empregou-se o teste de associação *Pearson* para avaliar a relação existente entre as variáveis. Destaca-se apenas que devido à extensão das tabelas optou-se por remeter as mesmas para anexo, sendo mencionado em texto a identificação dos respetivos anexos.

Os resultados evidenciados na tabela (Anexo 29) expõem a presença de uma relação significativa e positiva entre perceção da autoestima antes da Covid-19 e a perceção da satisfação com a imagem corporal (total) antes da Covid-19 ($r = .598$, $p = <.001$), o que significa que quanto mais elevada a perceção de autoestima, mais elevada a perceção de satisfação com a imagem corporal.

O mesmo se constata na relação entre a perceção da autoestima e a perceção da satisfação com a imagem corporal no que concerne: ao cabelo ($r = .375$, $p = <.001$), aos dentes ($r = .280$, $p = <.001$), aos olhos ($r = .159$, $p = .006$), às orelhas ($r = .182$, $p =$

.001), ao nariz ($r = .388$, $p = <.001$), à pele ($r = .327$, $p = <.001$), ao aspeto geral da face/rosto ($r = .530$, $p = <.001$), aos braços ($r = .380$, $p = <.001$), aos seios/peitorais ($r = .259$, $p = <.001$), aos ombros ($r = .395$, $p = <.001$), à barriga ($r = .354$, $p = <.001$), às ancas ($r = .324$, $p = <.001$), à cintura ($r = .284$, $p = <.001$), às nádegas ($r = .288$, $p = <.001$), às coxas ($r = .340$, $p = <.001$), às pernas ($r = .396$, $p = <.001$), à forma do corpo ($r = .472$, $p = <.001$), à atitude/porte ($r = .417$, $p = <.001$), ao peso ($r = .454$, $p = <.001$), à altura ($r = .302$, $p = <.001$), à condição física ($r = .407$, $p = <.001$) e à energia ($r = .431$, $p = <.001$), isto é quanto mais elevada a percepção da autoestima, mais elevada a percepção da satisfação com a imagem corporal no que tange aos constituintes corporais mencionados anteriormente (Anexo 29).

No que concerne à relação entre a autoestima pós-Covid-19 e a satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19, os valores patentes na tabela (Anexo 30) indicam a presença de uma relação significativa e positiva entre as variáveis ($r = .660$, $p = <.001$).

Verifica-se o mesmo quanto à relação entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal no que diz respeito: ao cabelo ($r = .356$, $p = <.001$), aos dentes ($r = .313$, $p = <.001$), aos olhos ($r = .230$, $p = <.001$), às orelhas ($r = .264$, $p = <.001$), ao nariz ($r = .346$, $p = <.001$), à pele ($r = .356$, $p = <.001$), ao aspeto geral da face/rosto ($r = .600$, $p = <.001$), aos braços ($r = .402$, $p = <.001$), aos seios/peitorais ($r = .374$, $p = <.001$), aos ombros ($r = .411$, $p = <.001$), à barriga ($r = .452$, $p = <.001$), às ancas ($r = .392$, $p = <.001$), à cintura ($r = .400$, $p = <.001$), às nádegas ($r = .451$, $p = <.001$), às coxas ($r = .421$, $p = <.001$), às pernas ($r = .478$, $p = <.001$), à forma do corpo ($r = .588$, $p = <.001$), à atitude/porte ($r = .508$, $p = <.001$), ao peso ($r = .491$, $p = <.001$), à altura ($r = .366$, $p = <.001$), à condição física ($r = .463$, $p = <.001$) e à energia ($r = .521$, $p = <.001$), ou seja quanto mais elevada a autoestima, mais elevada a satisfação com a imagem corporal (Anexo 30).

Atendendo aos resultados expostos anteriormente, afere-se que a décima hipótese desta investigação foi confirmada, uma vez que as relações existentes entre as variáveis são significativas.

O presente estudo diverge da investigação realizada por Araújo (2001), onde foi evidenciada a existência de uma relação estatisticamente significativa entre as variáveis, porém negativa. Assim sendo, os dados obtidos permitem aferir que as adolescentes que

estão mais satisfeitas com a sua imagem corporal, apresentam níveis mais baixos de autoestima e vice-versa, o que não acontece neste estudo. A divergência de resultados já seria expectável na medida em que a maioria dos estudos afere a existência de relações positivas entre as variáveis.

Como tal, destacam-se os estudos concebidos por Anastácio e Carvalho (2006), Carvalho e Carquejo (2004) e Anastácio (2012) onde se mostraram relações significativas e positivas entre a autoestima e a satisfação com a imagem corporal. Estes resultados indicam que à medida que uma das variáveis aumenta, a outra também aumenta, ou seja, quanto maiores os níveis de autoestima, maiores os níveis de satisfação com a imagem corporal, ou vice-versa. O presente estudo vai ao encontro das conclusões aferidas pelos autores referenciados.

5.12. Autoestima pré e pós-Covid-19

Tendo em conta a primeira questão de investigação deste estudo “A autoestima dos adolescentes sofreu modificações na Covid-19?” e uma vez que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), utilizou-se o teste paramétrico *t de Student* para efetuar a comparação dos dois momentos temporais.

Constatam-se diferenças estatisticamente significativas entre a perceção da autoestima antes da Covid-19 e a autoestima pós-Covid-19 [$t(298) = 2.148, p = .033$], sendo que no período antes da Covid-19, os jovens percecionavam níveis superiores de autoestima ($M = 28.164, DP = 5.382$) comparativamente com o período pós-Covid-19 ($M = 27.478, DP = 6.566$) (Tabela 12). Assim sendo, a 1ª questão de investigação deste estudo foi totalmente respondida.

Atendendo ao facto de que a adolescência se assume como uma fase crucial no que tange ao desenvolvimento do sujeito e à consolidação da sua autoestima, é pertinente destacar que esta se revela como um processo contínuo e ativo, suscetível a uma variedade de alterações que refletem mudanças ao nível da maturidade e do ambiente social (Feliciano & Afonso, 2012).

A tentativa por parte dos jovens de lidar com diversas mudanças que ocorrem ao nível físico, cognitivo, social e emocional desde o início da adolescência pode comprometer o sentido de continuidade dos próprios, podendo abalar a sua autoestima (Harter, 2008 cit in Ramos, 2017), o que se comprovou neste estudo. Para além das mudanças inerentes a esta fase da vida, acresce ainda o impacto decorrente da pandemia

designada Covid-19. O período de isolamento influenciou a rotina dos adolescentes na medida em que estes se viram isolados do grupo de pares, sendo privados da convivência presencial com os mesmos. Mais se acrescenta que a alteração para um regime de aulas em formato online se assumiu como um período de adaptação e resiliência face aos constrangimentos evidenciados.

Assim, acredita-se que a diminuição dos níveis de autoestima no pós-Covid-19 se possa dever a fatores académicos, sociais e emocionais que acabaram por ser abalados. Para além do mais, o isolamento social viabilizou uma consciencialização e reflexão mais profunda acerca da própria vida, nomeadamente acerca das relações familiares, relações sociais, projetos futuros, vocação profissional, entre outros, o que pode igualmente ter impactado negativamente os jovens, que se encontravam em um período rodeados de dúvidas, receios e mudanças.

Tabela 12

Perceção da Autoestima antes da Covid-19 e Autoestima pós-Covid-19

	Antes da Covid-19 (perceção) (n =299)		Pós-Covid-19 (n =299)		Significância Estatística		
	M	DP	M	DP	t	gl	p
Autoestima	28.164	5.382	27.478	6.566	2.148	298	.033*

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

5.13. Satisfação com a imagem corporal pré e pós-Covid-19

Atendendo à segunda questão de investigação do presente estudo “A satisfação com a imagem corporal dos adolescentes sofreu modificações na Covid-19?” e dado que se confirmaram os pressupostos da Normalidade e Homogeneidade de Variâncias (Anexo 14), recorreu-se ao teste paramétrico *t de Student* para realizar a comparação dos dois momentos temporais.

No que toca à perceção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 e à satisfação com a imagem corporal (total) pós-Covid-19, não se constataram diferenças estatisticamente significativas ($p = .304$), embora se perceba que os adolescentes apresentam valores mais elevados no pós-Covid-19, do que antes da Covid-19 (Anexo 31).

Em contrapartida, denota-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre a percepção de satisfação com o cabelo antes da Covid-19 e a satisfação com o cabelo pós-Covid-19 [$t(304) = -4.732, p = <.001$], sendo evidenciados valores mais elevados no pós-Covid-19 ($M = 3.915, DP = 1.155$) do que antes da Covid-19 ($M = 3.587, DP = 1.178$), entre a percepção de satisfação com os dentes antes da Covid-19 e a satisfação com os dentes pós-Covid-19 [$t(303) = -3.995, p = <.001$] com valores superiores no pós-Covid-19 ($M = 3.447, DP = 1.239$) comparativamente ao período temporal - antes da Covid-19 ($M = 3.191, DP = 1.220$), entre a percepção de satisfação com os olhos antes da Covid-19 e a satisfação com os olhos pós-Covid-19 [$t(302) = -3.400, p = <.001$], atestando-se pontuações mais elevadas no pós-Covid-19 ($M = 4.244, DP = .873$) do que antes da Covid-19 ($M = 4.125, DP = .864$), entre a percepção de satisfação com o aspeto geral da face/rosto antes da Covid-19 e a satisfação com o aspeto geral da face/rosto pós-Covid-19 [$t(306) = -2.545, p = .011$], sendo no pós-Covid-19 evidenciadas pontuações superiores ($M = 3.505, DP = 1.167$) comparativamente com o período temporal - antes da Covid-19 ($M = 3.349, DP = 1.163$), entre a percepção de satisfação com a altura antes da Covid-19 e a satisfação com a altura pós-Covid-19 [$t(304) = -2.969, p = .003$], com valores mais elevados pós-Covid-19 ($M = 3.682, DP = 1.192$) do que antes da Covid-19 ($M = 3.525, DP = 1.176$) e, finalmente, entre a percepção de satisfação com a energia antes da Covid-19 e a satisfação com a energia pós-Covid-19 [$t(306) = 2.959, p = .003$], sendo aferidos valores superiores antes da Covid-19 ($M = 3.906, DP = 1.144$) em comparação com o pós-Covid-19 ($M = 3.717, DP = 1.316$) (Tabela 13).

Não se aferiram diferenças estatisticamente significativas em função dos dois momentos temporais relativamente às orelhas, ao nariz, à pele, aos braços, aos seios/peitorais, aos ombros, à barriga, às ancas, à cintura, às nádegas, às coxas, às pernas, à forma do corpo, à atitude/porte, ao peso e à condição física (Anexo 31).

Tabela 13

Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 e Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19

	Antes da Covid-19 (percepção)			Pós-Covid-19			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.587	1.178	305	3.915	1.155	305	-4.732	304	<.001***
Dentes	3.191	1.220	304	3.447	1.239	304	-3.995	303	<.001***
Olhos	4.125	.864	303	4.244	.873	303	-3.400	302	<.001***
Aspeto geral da face/rosto	3.349	1.163	307	3.505	1.167	307	-2.545	306	.011*
Altura	3.525	1.176	305	3.682	1.192	305	-2.969	304	.003**
Energia	3.906	1.144	307	3.717	1.316	307	2.959	306	.003**

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Perante os resultados patentes é possível afirmar que a segunda questão de investigação foi totalmente respondida, constatando-se que a satisfação com a imagem corporal teve repercussões positivas, na medida em que mesmo não se verificando a existência de uma relação significativa em função dos dois momentos temporais, se afere que os valores no pós-Covid-19 (total) são mais elevados. Estes resultados podem demonstrar que os jovens da amostra durante a Covid-19 se preocuparam mais com o corpo, praticando exercício físico e tendo uma alimentação mais saudável.

Importa apenas destacar que existem alterações ao nível da satisfação com a energia, sendo que os adolescentes se apresentam menos satisfeitos no pós-Covid-19. Isto significa que o isolamento social, nomeadamente a proibição de sair com os amigos, de frequentar os clubes desportivos, de ir para a escola, entre outros, teve efeitos no dia-a-dia dos jovens, que se sentiram com menos energia perante o recomeço das suas rotinas diárias.

Em suma, após a explanação das hipóteses e questões deste estudo que foram corroboradas ou não, os resultados confirmaram totalmente uma das dez hipóteses de investigação, sendo esta a hipótese 10 que relaciona as variáveis principais deste estudo, ou seja, a autoestima e a satisfação com a imagem corporal.

Foram ainda parcialmente confirmadas cinco das dez hipóteses desta investigação, sendo estas a hipótese 2 que relaciona a autoestima e o ano de escolaridade dos jovens, a hipótese 3 que analisa a influência do curso frequentado na autoestima dos participantes, a hipótese 5 que retrata o impacto do género na satisfação com a imagem corporal, a hipótese 6 que avalia as diferenças existentes ao nível da satisfação com a imagem corporal atendendo à idade dos participantes e a hipótese 7 que averigua o impacto do ano de escolaridade na satisfação com a imagem corporal.

Contudo não foram confirmadas quatro das dez hipóteses de investigação, sendo estas a hipótese 1 que verifica a influência do género na autoestima, a hipótese 4 que analisa o impacto da prática de exercício físico na autoestima dos participantes, a hipótese 8 que retrata as diferenças existentes ao nível da satisfação com a imagem corporal tendo em consideração a localidade de residência dos jovens e, por fim, a hipótese 9 que avalia o impacto da prática de exercício físico na satisfação com a imagem corporal dos adolescentes.

Em relação às duas questões de investigação, que procuravam perceber se a autoestima (questão 1) e a satisfação a imagem corporal (questão 2) sofreram modificações com a Covid-19, estas foram totalmente respondidas. É importante salientar que mesmo não tendo sido encontradas diferenças significativas no que tange à 2ª questão de investigação, denotaram-se diferenças ao nível dos dois momentos temporais, o que viabiliza a pertinência da inclusão das questões no estudo.

Conclusão

Com base no enquadramento teórico desenvolvido conclui-se que a adolescência se caracteriza como um período marcado por particularidades únicas no ciclo de vida e no qual ocorrem modificações biopsicossociais que têm um papel crucial no desenvolvimento da autonomia, na construção da identidade do jovem e na consolidação da sua autoestima. A autoestima traduz uma atitude de aprovação ou de recusa de si e incorpora o autojulgamento relativamente ao próprio valor e à própria competência.

Nesta fase da vida, a construção da identidade pessoal integra inevitavelmente a relação do sujeito com o seu próprio corpo. Essa relação concebe-se através da representação mental que o jovem detém acerca do seu corpo, isto é, através da sua imagem corporal. A imagem corporal é um componente primordial e central na construção da autoestima do adolescente, sendo que uma autoestima elevada estará, na maior parte dos casos, associada a uma satisfação com a imagem corporal e vice-versa. A satisfação com a imagem corporal é conceptualizada como o grau em que o indivíduo se encontra satisfeito com a sua aparência física, apresentando uma opinião favorável acerca da sua imagem ou da perceção que tem acerca do seu corpo e das suas características corporais.

Estes construtos estão suscetíveis a uma variedade de alterações que refletem mudanças ao nível da maturidade e do ambiente social e como tal, atendendo à situação pandémica denominada coronavírus 2019 (Covid-19), à qual o mundo foi exposto, concebeu-se a necessidade de explorar esta problemática, de modo a perceber as consequências advindas para os adolescentes. Embora a crise da Covid-19 seja, em primeira instância, uma crise de saúde física, ela também tem as sementes de uma grande crise de saúde mental, se não forem tomadas medidas (Nações Unidas, 2020).

Neste sentido, este estudo teve como principal objetivo verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em conta as variáveis principais e as suas características sociodemográficas.

Os principais resultados obtidos, ao nível das variáveis sociodemográficas, permitem aferir que quanto maior o ano de escolaridade dos adolescentes, mais baixa a sua perceção de autoestima antes da Covid-19 e que os alunos que frequentam o curso

de Ciências e Tecnologias percebem uma autoestima mais elevada e os jovens que estudam Artes Visuais percebem uma autoestima mais baixa. Para além disso, destaca-se que quanto maior a idade dos jovens, menor a percepção da satisfação com a imagem corporal e quanto maior for o ano de escolaridade frequentado pelos adolescentes, menor é a percepção da satisfação com a imagem corporal.

Em relação às variáveis principais, salienta-se a existência de uma relação significativa e positiva entre percepção da autoestima antes da Covid-19 e a percepção da satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19, o que significa que quanto mais elevada a percepção de autoestima, mais elevada a percepção de satisfação com a imagem corporal e entre a autoestima pós-Covid-19 e a satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19, ou seja, quanto mais elevada a autoestima, mais elevada a satisfação com a imagem corporal. Por último, constata-se a existência de diferenças significativas entre a percepção da autoestima antes da Covid-19 e a autoestima pós-Covid-19, sendo que no período antes da Covid-19, os jovens percebiam níveis superiores de autoestima comparativamente com o período pós-Covid-19.

Assim sendo, é possível concluir que a presente dissertação se assume como um trabalho de extrema relevância para a literatura, uma vez que para além do foco se centrar nas problemáticas que se elevam na adolescência, enfatiza ainda o impacto da Covid-19 nas mesmas. Este estudo permitiu ainda efetuar comparações entre dois momentos temporais, mais especificamente a percepção dos jovens antes da Covid-19 e aquilo que sentiam pós-Covid-19, podendo ser utilizado como base para futuras investigações sobre a temática.

Posto isto, a intervenção preventiva primária, direcionada para a consciencialização dos fatores de risco para a baixa autoestima e para a insatisfação corporal, pode prevenir o aparecimento de sentimentos negativos relacionados quer com o próprio valor e competência, quer com o corpo. Um outro aspeto muito importante passa pela necessidade de alteração de padrões de funcionamento disfuncionais, responsáveis pelos reduzidos níveis de autoestima e o reconhecimento da presença de padrões de beleza estereotipados, que funcionam como agentes da insatisfação com a imagem corporal.

A principal limitação da presente investigação passa por avaliar a percepção dos jovens antes da Covid-19, não permitindo estudar a relação entre a autoestima e a

satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19, e sim a percepção que os jovens tinham acerca destes construtos. Destaca-se ainda que teria sido importante especificar a prática de desporto ao nível do momento temporal, ou seja, se os jovens faziam exercício físico antes da Covid-19 e depois da Covid-19, ou apenas em um desses momentos, de forma a conseguir perceber de forma mais detalhada a relação entre as variáveis principais e a prática de desporto antes e pós-Covid-19. Por fim, mas não menos importante, salienta-se que o facto de a amostra ser apenas constituída por um adolescente que residia numa área predominantemente rural fez com que não fosse possível incluir este dado nas localidades de residência. Visto que na literatura não se verifica a existência da diferenciação dos 3 tipos de localidade de residência: área predominantemente urbana, área mediantemente urbana e área predominantemente rural, afere-se que se a presente amostra fosse composta por mais jovens que residissem em área predominantemente rural seria possível fazer essa distinção, o que seria um contributo para a literatura.

Para concluir, revela-se que no futuro seria interessante realizar um estudo onde fosse inserida a variável ansiedade, de modo a perceber como esta se relaciona com a autoestima e a satisfação com a imagem corporal, para além da relevância de estudar a percepção de ansiedade antes da Covid-19 e pós-Covid-19. Considera-se pertinente inserir este construto em um estudo posterior, pois, para além do agravamento nos quadros de ansiedade pré-existentes, as consequências decorrentes do período pandémico contribuíram para a elevação dos níveis de ansiedade em todo o mundo, sendo crucial perceber o modo como os adolescentes percebem os seus níveis de ansiedade nos dois momentos temporais.

Acrescenta-se ainda a possibilidade deste estudo ter outra população alvo, nomeadamente os adultos, com o propósito de perceber o impacto da Covid-19 nesta população.

Referências Bibliográficas

- Abedalhafiz, A., Altahyneh, Z., & Al-Haliq, M. (2012). The relationship between physical activity and self-esteem among students of Zarqa education directorate. *International Journal of Academic Research*, 4, 39 - 48.
- Aguiar, S. (2014). *O meu corpo e eu: A imagem corporal e a auto-estima na adolescência* [Tese de Mestrado, Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida]. Repositório do ISPA. <http://hdl.handle.net/10400.12/5028>
- Anastácio, Z. (2012, dezembro). *Saúde e Desenvolvimento Adolescente: Relação entre tomada de decisão, comportamento sexual, autoestima e imagem corporal*. Comunicação apresentada no Seminário Internacional de Educação Física, Lazer e Saúde, São Luís - Maranhão, Brasil. <https://hdl.handle.net/1822/21346>
- Anastácio, Z., & Carvalho, G. (2006). Saúde na adolescência: satisfação com a imagem corporal e a auto-estima. <https://hdl.handle.net/1822/5770>
- André, C., & Lelord, F. (2000). *Autoestima: Gustarse a si mismo para mejor vivir com los demás*. Kairós.
- Araújo, S. (2001). *Satisfação com a imagem corporal, autoestima e variáveis morfológicas: Estudo comparativo em adolescentes do sexo feminino praticantes e não praticantes de ginásticas de academia* [Tese de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <http://hdl.handle.net/10216/9668>
- Avanci, J., Assis, S., Santos, N., & Oliveira, R. (2007). Adaptação transcultural de Escala de Auto-Estima para adolescentes. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20, 397- 405. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722007000300007>
- Azevedo, Â. (2005). *Motivação e Sucesso na Transição do Ensino Secundário para o Ensino Superior* [Dissertação de Doutoramento, Universidade do Porto-Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/22945>
- Azevedo, I. (2016). *Qualidade de vida, imagem corporal e autoestima de pacientes com sequelas bucomaxilofaciais candidatos à reabilitação protética* [Tese de

- Mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Norte - Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes]. Repositório Institucional - UFRN. <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/21279>
- Bailey, J. (2003). The Foundation of Self-Esteem. *Journal of the National Medical Association*, 95, 388 - 393.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2594522/>
- Baldwin, S., & Hoffmann, J. (2002). The dynamics of self-esteem: A growth-curve analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 101 - 113.
<https://doi.org/10.1023/A:1014065825598>
- Barbosa, M. (2001). *A vinculação aos pais e a imagem corporal de adolescentes e jovens adultos* [Tese de Mestrado, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto] Repositório Aberto da Universidade do Porto.
- Barros, D. (2005). Imagem corporal: A descoberta de si mesmo. *História, Ciências, Saúde - Manguinhos*, 12, 547-554.
<https://doi.org/10.1590/S0104-59702005000200020>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume 2 - Separation Anxiety and Anger*. Penguin Books UK.
- Burns, N., & Grove, S. (2001). *The Practice of Nursing Research: Conduct, Critique, and Utilization*, 4.^a ed. Philadelphia, W.B. Saunders.
<https://doi.org/10.1177/089431840501800422>
- Campana, A., & Tavares, M. (2009). Comer: Uma questão de identidade corporal. In R. Mendes, R. Vilarta, & G. Gutierrez (Eds.), *Qualidade de vida e cultura alimentar* (pp. 49-57). São Paulo: Campinas.
- Campos, C. (2014). *O Bem-estar de Adolescentes com e sem Necessidades Educativas Especiais: Um estudo no 2º ciclo do Ensino Básico* [Tese de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Educativas de Felgueiras] Repositório Científico de Acesso Aberto em Portugal. <http://hdl.handle.net/10400.26/24855>
- Carvalho, C., & Carquejo, D. (2004). *A Satisfação com a imagem corporal e expressão de autoestima em jovens adolescentes dos 14 aos 17 anos*. Comunicação

apresentada no Vº Congresso Português de Sociologia, Universidade do Minho, Braga. Portugal.

- Chung, J., Robins, R., Trzesniewski, K., Nofle, E., Roberts, B., & Widaman, K. (2014). Continuity and change in self-esteem during emerging adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, *106*, 469 - 483.
<https://doi.org/10.1037/a0035135>
- Correia, C. (2006). *Corpo, jovens e prática de musculação: um estudo em frequentadores de academia na região do Grande Porto* [Tese de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto] Repositório Aberto da Universidade do Porto.
<https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/102010>
- Davidson T., & McCabe M. (2006). Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning. *The Journal of Social Psychology*, *146*, 15 - 30.
<https://doi.org/10.3200/SOCP.146.1.15-30>
- Dias, A. (2013). *Práticas Educativas Parentais: Influência no Desempenho Académico, Qualidade de Vida e Autoestima de Estudantes do Ensino Secundário* [Tese de Mestrado, Universidade Portucalense]. Repositório da Universidade Portucalense. <http://hdl.handle.net/11328/153>
- Dias, M., & Fontaine, A. (2001). *Tarefas desenvolvimentais e bem-estar de jovens universitários*. Edições Fundação Calouste Gulbenkian.
- Duclos, G., Laporte, D., & Ross, J. (2006). *A auto-estima dos adolescentes*. Climepsi Editores.
- Feliciano, I. (2010). Estudo sobre a auto-estima em adolescentes dos 12 aos 17 anos. *Psicologia, Saúde e Doenças*, *13*, 252 - 265.
<http://hdl.handle.net/10400.6/2581>
- Fernandes, A., Viana, M., Liz, C., & Andrade, A. (2017). Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de salud pública*, *19*, 66 - 72. <https://www.scielosp.org/article/rsap/2017.v19n1/66-72/>

- Fernandes, M. (2012). *A influência da autoestima, das competências emocionais e dos comportamentos de saúde no bem-estar psicológico do adolescente* [Tese de Mestrado, Universidade Católica - Braga]. Veritati - Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa. <http://hdl.handle.net/10400.14/13655>
- Fernandes, M. (2014). *Comparação da imagem corporal percebida com a real: um estudo com adolescentes de ambos os sexos* [Tese de Mestrado, Universidade do Minho] RepositóriUM. <http://hdl.handle.net/1822/38025>
- Fortin, M., Côté, J., & Filton, F. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Loures: Lusodidacta.
- Gatti, E., Ionio, C., Traficante, D., & Confalonieri, E. (2014). "I Like My Body; Therefore, I Like Myself": how body image influences self-esteem - a cross sectional study on Italian Adolescents. *Europe's Journal of psychology*, 10, 301-317. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i2.703>
- Goll, J., Costa, S., & Souza, M. (2014). Autoestima e autoimagem dos adolescentes praticantes e não praticantes de handebol. *Ágora para la educación física y el deporte*, 16, 170-187. <http://uvadoc.uva.es/handle/10324/23777>
- Gupta, C. (2013). *The relation between body image satisfaction and self-esteem to academic behaviour in pre-adolescent and adolescent girls and boys* [Tese de Mestrado, University of Manitoba]. Repository Services - LibGuides - University of Manitoba. <http://hdl.handle.net/1993/14438>
- Harter, S. (2012). Emerging self-processes during childhood and adolescence. In M. Leary & J. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 680-715). The Guilford Press.
- Henriques, P. (2009). *Imagem corporal, autoconceito e rendimento escolar nos pré adolescentes* [Tese de Mestrado, Universidade de Aveiro]. Repositório Institucional da Universidade de Aveiro.
- Holsen, I., Jones, D., & Birkeland, M. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body Image*, 9, 201 - 208. <http://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.006>

- Ingólfssdóttir, H. (2017). *The relationship between social media use and self-esteem: gender difference and the effects of parental support*. [Tese de Mestrado, Reykjavik University]. Skemman. <http://hdl.handle.net/1946/28394>
- Kaplan, H. (2013). *Social Psychology of Self-Referent Behavior*. Springer Science & Business Media.
- Keith, L., & Bracken, B. (1996). Self-concept instrumentation: A historical and evaluative review. In B. Bracken (Ed.), *Handbook of self-concept: Developmental, social, and clinical considerations* (pp 91-170). Wiley.
- Kluck, A. (2010). Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. *Body Image*, 7, 8 - 14.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.09.009>
- Lemos, A., Bonifácio, C., Caldeirita, C., & Francisco, V. (2017). Relação entre os conhecimentos nutricionais e imagem corporal, em adolescentes. *AdolesCiência: Revista Júnior de Investigação*, 4, 61-74. <http://hdl.handle.net/10198/14199>
- Machado, T., Scur, M., Miguel, J., & Silva, J. (2017). Vinculação aos pais e imagem corporal em jovens universitários. *Revista de Estudios e Investigación En Psicología y Educación*, 5, 138-142. <http://hdl.handle.net/10316/81442>
- Marques, M., Pimenta, J., Reis, S., Ferreira, L., Peralta, L., Santos, M., Santos, S. & Santos, E. (2016). (In) Satisfação com a imagem corporal na adolescência. *Revista Nascer e Crescer*, 25, 217-221.
<http://hdl.handle.net/10400.16/2029>
- Mendes, N. (2016). *Satisfação com a Imagem Corporal em Adolescentes do Ensino Secundário: relação com a prática de atividade física* [Tese de Mestrado, Instituto Politécnico de Leiria]. IC - Online. <http://hdl.handle.net/10400.8/2416>
- Milevsky, A., Schlechter, M., Netter, S., & Keehn, D. (2007). Maternal and paternal parenting styles in adolescents: associations with self-esteem, depression and life satisfaction. *Journal of Children and Family Studies*, 16, 39 - 47.
<https://doi.org/10.1007/s10826-006-9066-5>

- Moura, D., Dias, A., Farinha, P., Farinha, J., & Cordeiro, C. (2021). Sequelas da COVID - 19 Evidência Atual. *Revista de Medicina Desportiva Informa*, 12, 8-11. https://doi.org/10.23911/COVID-19_sequelas_2021_mai
- Neighbors, L., & Sobal, J. (2007). Prevalence and magnitude of bodyweight and shape dissatisfaction among university students. *Eat Behav*, 8, 429 - 439. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2007.03.003>
- Peixoto, F. (2003). *Autoestima, autoconceito e dinâmicas relacionais em contexto escolar* [Dissertação de Doutoramento, Universidade do Minho]. RepositóriUM.
- Petroski, E., Pelegrini, A., & Glaner, M. (2009). Insatisfação corporal em adolescentes rurais e urbanos. *Motricidade*, 5, 13-25. <https://doi.org/10.6063/motricidade.167>
- Petroski, E., Pelegrini, A., & Glaner, M. (2012). Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17, 1071 - 1077. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000400028>
- Quiles, M., & Espada, J. (2009). Educar para a auto-estima: *Propostas para a escola e para o tempo livre*. K Editora.
- Ramos, M. (2017). *Autoestima, autocompaixão e bem-estar psicológico na adolescência* [Tese de Mestrado, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/32861>
- Raposo, J., Teixeira, C., Pinto, A., Pereira, C., Fernandes, M., & Pinto, M. (2014). Atividade física, satisfação com a imagem corporal e comportamentos alimentares em adolescentes. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 14.
- Reis, F., Amaro, R., Silva, F., Pinto, S., Barroca, I., Sá, T., Carvalho, R., Cartaxo, T., & Boavida, J. (2021). Impacto do Confinamento em Crianças e Adolescentes. *Acta Médica Portuguesa*, 34(4), 245-246. <https://doi.org/10.20344/amp.16383>
- Romano, A., Negreiros, J., & Martins, T. (2007). Contributos para a validação da Escala de Autoestima de Rosenberg numa amostra de Adolescentes da região Interior Norte do País. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 8, 109-116. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36280108>

- Rosa, V. (2016). *Impacto da prática de exercício físico em adolescentes: Bem-estar, autoestima e rendimento escolar* [Tese de Mestrado, Universidade de Évora]. Repositório Universidade de Évora. <http://hdl.handle.net/10174/19436>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the Self*. Basic Books.
- Rosenberg, M. (1986). *Conceiving the self*. Florida: Kruger Publishing Company.
- Santos, M., & Gonçalves, V. (2020). Uso das redes sociais, imagem corporal e influência da mídia em acadêmicos dos cursos de educação física. *Itinerarius Reflectionis*, 16, 01-18.
<https://doi.org/10.5216/rir.v16i3.58815>
- Santos, P. & Maia, J. (2003) Análise fatorial confirmatória e validação preliminar de uma versão portuguesa da escala de auto-estima de Rosenberg. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 253-268. <http://hdl.handle.net/10216/16170>
- Serra, A. (1986). A importância do autoconceito. *Psiquiatria Clínica*, 7, 57-66.
- Silva, J. (2016). *A influência parental na satisfação da imagem corporal: estudo da percepção dos adolescentes* [Tese de mestrado, Universidade Católica Portuguesa - Braga]. Veritati - Repositório Institucional da Universidade Católica Portuguesa. <http://hdl.handle.net/10400.14/22485>
- Silva, M. (2019). *Imagem Corporal e Autoestima em adultos praticantes de dança* [Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação), Centro Universitário Luterano de Palmas].
- Silva, R. (2018). *Análise da percepção de crianças e adolescentes obesos do 2º Ciclo face ao seu bem-estar psicológico* [Tese de Mestrado, Faculdade de Artes e Humanidades - Universidade da Madeira]. DigitUMa.
<http://hdl.handle.net/10400.13/2242>
- Tavares, M. (2003). *Imagem Corporal: conceito e desenvolvimento*. Edição Manole.
- Tommaso, M. (2002). *Perguntas sobre autoimagem*. Tommaso Psicoterapia da boa forma.

Uçan, Y., & Çaglayan, N. (2012). Comparison of self-esteem scores of individual and team sport athletes and nonathletes. *Nigde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 6, 279 - 287.

<https://dergipark.org.tr/en/pub/bsd/issue/53540/713096>

United Nations, 2020. Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health. Acedido dia 12 de maio de 2021.

Veloso, T. (2003). *Satisfação com a imagem corporal e os valores e representações corporais: Um Estudo em adolescentes do Ensino Secundário* [Tese de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto]. Repositório Aberto da Universidade do Porto.

Zamani, Z., Fan, L., & Rosli, N. (2018). The Relationship Between Self-Esteem, Cognitive Distortion and Depression Among Adolescents.

Anexos

Anexo 1

Cronograma (2020-2021/2021-2022)

Ano letivo 2020-2021 (Pré-projeto)	
Definição do tema geral/conclusão pesquisa “completa”	21 de abril
a. Especificação do tema e índice	
b. Instrumentos	
c. Índice	
Texto parte teórica	18 de maio
Objetivos/Hipóteses, questões de investigação e Metodologia (1ª versão)	25 de maio
Feedback	
Entrega do trabalho final para feedback	14 de junho
Entrega do trabalho final para avaliação	27 de junho
Ano letivo 2021-2022	
Apresentação do projeto de dissertação no conselho científico	Entre o dia 5 e 10 de janeiro
Recolha de dados	Meados de janeiro a meados de fevereiro
Entrega da parte metodológica (já com a caracterização da amostra completa); tabela da proposta das análises estatísticas	17 de fevereiro
Feedback da parte metodológica	28 de fevereiro
Entrega resultados	25 de março
Feedback resultados	18 de maio
Entrega discussão e resultados corrigidos	13 de julho
Feedback discussão	2 de outubro
Entrega 1ª Versão Final	14 de outubro
Feedback 1ª dissertação total	28 de outubro
Conclusão da dissertação	30 de outubro
Entrega versão final aos Serviços Académicos	Até 31 de outubro

Anexo 2



UNIVERSIDADE
CATÓLICA
PORTUGUESA

BRAGA

Código

Questionário Sociodemográfico

Este questionário tem como principal objetivo fazer o levantamento de alguns aspetos revelantes sobre ti. Faz parte de uma investigação que pretende estudar o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em conta as variáveis principais e as suas características sociodemográficas. Este estudo é concretizado no âmbito de uma Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, na Universidade Católica Portuguesa, de Braga. Deve ser preenchido com honestidade e rigor, juntamente com os instrumentos que se seguem. Os dados são anónimos e confidenciais, e por esse motivo, não deves escrever o teu nome em nenhum lugar.

Agradeço imenso a tua colaboração!

Acerca de ti:

Género: _____

Idade: 12 anos ___ 16 anos ___

13 anos ___ 17 anos ___

14 anos ___ 18 anos ___

15 anos ___

Ano de escolaridade: 7º ano 10º ano

8º ano 11º ano

9º ano 12º ano

Localidade de residência _____

Praticas algum desporto nos tempos livres? Sim Não

1. Se sim, qual/quais? _____

2. Quantas horas por semana praticas? _____

Contraíste a Covid-19? Sim Não

1. No caso de teres contraído a Covid-19, tiveste sequelas? Sim Não

2. Se sim, quais foram as sequelas? _____

Anexo 3

Anexo 4

RSES

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como **te sentias** acerca de ti próprio(a) **antes da Covid-19**. À frente de cada uma delas assinala com uma cruz (X), na respetiva coluna, a resposta que mais se adequa a ti.

	Concordo fortemente	Concordo	Discordo	Discordo fortemente
1. Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Por vezes penso que não sou bom/boa em nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sinto que tenho algumas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Por vezes sinto-me, de facto, um(a) inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sinto-me uma pessoa de valor, pelo menos tanto quanto a generalidade das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Bem vistas as coisas, inclino-me a sentir que sou um(a) falhado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Adoto uma atitude positiva para comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo 5

RSES

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como **te sentes (agora)** acerca de ti próprio(a). À frente de cada uma delas assinala com uma cruz (X), na respetiva coluna, a resposta que mais se adequa a ti.

	Concordo fortemente	Concordo	Discordo	Discordo fortemente
11. Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Por vezes penso que não sou bom/boa em nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Sinto que tenho algumas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Por vezes sinto-me, de facto, um(a) inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Sinto-me uma pessoa de valor, pelo menos tanto quanto a generalidade das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Bem vistas as coisas, inclino-me a sentir que sou um(a) falhado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Adoto uma atitude positiva para comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo 6

QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL

Adaptado para a população portuguesa por Abrantes, (1998)

Faz uma cruz sobre a opção que corresponde ao tipo de satisfação **que sentias** em relação ao teu corpo **antes da Covid-19**:

	1- Não gosto nada e desejaria ser diferente	2- Não gosto, mas tolero	3- É-me indiferente	4- Estou satisfeito (a)	5- Considero-me favorecido (a)
1. Cabelo					
2. Dentes					
3. Olhos					
4. Orelhas					
5. Nariz					
6. Pele					
7. Aspeto geral da face/rosto					
8. Braços					
9. Seios/ Peitorais					
10. Ombros					
11. Barriga					
12. Ancas					
13. Cintura					
14. Nádegas					
15. Coxas					
16. Pernas					
17. Forma do corpo					
18. Atitude/Porte					
19. Peso					
20. Altura					
21. Condição física					
22. Energia					

Anexo 7

QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL

Adaptado para a população portuguesa por Abrantes, (1998)

Faz uma cruz sobre a opção que corresponde ao tipo de satisfação **que sentes (agora)**
em relação ao teu corpo:

	1- Não gosto nada e desejaria ser diferente	2- Não gosto, mas tolero	3- É-me indiferente	4- Estou satisfeito (a)	5- Considero-me favorecido (a)
1. Cabelo					
2. Dentes					
3. Olhos					
4. Orelhas					
5. Nariz					
6. Pele					
7. Aspeto geral da face/rosto					
8. Braços					
9. Seios/ Peitorais					
10. Ombros					
11. Barriga					
12. Ancas					
13. Cintura					
14. Nádegas					
15. Coxas					
16. Pernas					
17. Forma do corpo					
18. Atitude/Porte					
19. Peso					
20. Altura					
21. Condição física					
22. Energia					

Anexo 8



Excelentíssimo Senhor Diretor _____,

Eu, Sandrina Lopes Quinteiro, aluna do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Universidade Católica Portuguesa - Centro Regional de Braga, encontro-me a desenvolver um estudo, cujo principal objetivo se centra em verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em consideração as variáveis principais e as suas características sociodemográficas, orientado e supervisionado pela Professora Doutora Ângela Sá Azevedo, docente na mesma universidade. É de salientar, que a presente investigação se integra no âmbito do desenvolvimento da minha Dissertação de Mestrado.

Neste sentido venho por este meio pedir autorização para proceder à recolha de dados junto dos estudantes matriculados no 7º, 8º e 9º ano que frequentam a Escola _____. Os dados serão recolhidos através da aplicação dos seguintes instrumentos de avaliação: questionário sociodemográfico; Escala de Autoestima de Rosenberg; Questionário de satisfação com a imagem corporal.

A recolha de dados terá uma duração de aproximadamente 20 minutos. De acordo com os requisitos éticos da investigação, mais se acrescenta que a participação dos alunos no estudo é voluntária e que todos os dados obtidos são confidenciais e anónimos. Agradeço desde já a atenção dispensada, encontro-me ao seu dispor para qualquer esclarecimento que considere pertinente.

Atenciosamente.

A supervisora

A aluna

Braga, ____ de _____ de ____

Eu, _____, Diretor da Escola _____, declaro que Autorizo / Não Autorizo a recolha de dados junto dos estudantes matriculados no 7º, 8º e 9º ano que frequentam este estabelecimento de ensino.

O diretor

Anexo 9



Excelentíssimo Senhor Diretor _____,

Eu, Sandrina Lopes Quinteiro, aluna do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Universidade Católica Portuguesa - Centro Regional de Braga, encontro-me a desenvolver um estudo, cujo principal objetivo se centra em verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em consideração as variáveis principais e as suas características sociodemográficas, orientado e supervisionado pela Professora Doutora Ângela Sá Azevedo, docente na mesma universidade. É de salientar, que a presente investigação se integra no âmbito do desenvolvimento da minha Dissertação de Mestrado.

Neste sentido venho por este meio pedir autorização para proceder à recolha de dados junto dos estudantes matriculados no 10º, 11º e 12º ano que frequentam a Escola _____. Os dados serão recolhidos através da aplicação dos seguintes instrumentos de avaliação: questionário sociodemográfico; Escala de Autoestima de Rosenberg; Questionário de satisfação com a imagem corporal.

A recolha de dados terá uma duração de aproximadamente 20 minutos. De acordo com os requisitos éticos da investigação, mais se acrescenta que a participação dos alunos no estudo é voluntária e que todos os dados obtidos são confidenciais e anónimos. Agradeço desde já a atenção dispensada, encontro-me ao seu dispor para qualquer esclarecimento que considere pertinente.

Atenciosamente.

A supervisora

A aluna

Braga, ____ de _____ de _____

Eu, _____, Diretor da Escola _____, declaro que Autorizo / Não Autorizo a recolha de dados junto dos estudantes matriculados no 10º, 11º e 12º ano que frequentam este estabelecimento de ensino.

O diretor

Anexo 10



Caro(a) Aluno(a),

Encontro-me a realizar um estudo sobre “O impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses”, no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde. O objetivo centra-se em verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em consideração as variáveis principais e as suas características sociodemográficas. Neste sentido, solicito a tua participação neste projeto, através do preenchimento de alguns instrumentos de avaliação.

A tua participação é voluntária e o questionário é anónimo, sendo que os dados que forneceres serão mantidos confidenciais pois serão codificados e utilizados exclusivamente para fins de investigação.

Agradeço, desde já, a tua estimada colaboração. **O meu muito obrigada!**

A supervisora

A Aluna

Anexo 11



Excelentíssimos Pais/Encarregados de Educação,

Sou a Sandrina Lopes Quinteiro, Licenciada em Psicologia e aluna do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa - Centro Regional de Braga e encontro-me a desenvolver um estudo que tem como objetivo verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em consideração as variáveis principais e as suas características sociodemográficas, que resultará na minha Dissertação de Mestrado.

A recolha de dados implica a aplicação de dois questionários aos alunos do 7º, 8º e 9º ano que queiram participar no estudo. Seguem-se alguns exemplos dos itens dos instrumentos a serem aplicados:

- “Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).”
- “Estou satisfeito (a) com o meu cabelo.”

Tendo sido autorizada a realização da presente investigação em meio escolar pelo Ex.mo. Diretor, venho por este meio solicitar a autorização por parte de V.^a Ex.a para a recolha de dados junto do seu filho(a)/educando(a). As informações recolhidas neste estudo são confidenciais e anónimas, sendo-lhe garantido que o nome do(a) seu (sua) filho(a)/educando(a) não será divulgado em caso algum.

Caso permita que o(a) seu (sua) filho(a)/educando(a) participe no estudo, agradecemos que preencha o destacável para que o seu/sua educando(a) o devolva ao Diretor de Turma até ao dia ___/___/___.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

(Orientadora)

(Aluna)

Braga, ___ de _____ de _____

✂

Eu, _____, encarregado de educação do (a) aluno (a) _____ declaro que Autorizo / Não Autorizo (assinar com uma cruz na opção) o meu educando a participar neste estudo.

Anexo 12



Excelentíssimos Pais/Encarregados de Educação,

Sou a Sandrina Lopes Quinteiro, Licenciada em Psicologia e aluna do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Católica Portuguesa - Centro Regional de Braga e encontro-me a desenvolver um estudo que tem como objetivo verificar qual o impacto da Covid-19 na autoestima e na satisfação com a imagem corporal em adolescentes portugueses, bem como caracterizar a amostra tendo em consideração as variáveis principais e as suas características sociodemográficas, que resultará na minha Dissertação de Mestrado.

A recolha de dados implica a aplicação de dois questionários aos alunos do 10º, 11º e 12º ano que queiram participar no estudo. Seguem-se alguns exemplos dos itens dos instrumentos a serem aplicados:

- “Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).”
- “Estou satisfeito (a) com o meu cabelo.”

Tendo sido autorizada a realização da presente investigação em meio escolar pelo Ex.mo. Diretor, venho por este meio solicitar a autorização por parte de V.^a Ex.a para a recolha de dados junto do seu filho(a)/educando(a). As informações recolhidas neste estudo são confidenciais e anónimas, sendo-lhe garantido que o nome do(a) seu (sua) filho(a)/educando(a) não será divulgado em caso algum.

Caso permita que o(a) seu (sua) filho(a)/educando(a) participe no estudo, agradecemos que preencha o destacável para que o seu/sua educando(a) o devolva ao Diretor de Turma até ao dia ___/___/___.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

(Orientadora)

(Aluna)

Braga, ___ de _____ de _____

✕

Eu, _____, encarregado de educação do (a) aluno (a) _____ declaro que Autorizo / Não Autorizo (assinar com uma cruz na opção) o meu educando a participar neste estudo.

Anexo 13

Descrição das variáveis principais do estudo

Variáveis	Média	Desvio Padrão
Autoestima antes da Covid-19 (Percepção)	28.16	5.37
Autoestima pós-Covid-19	27.46	6.55
Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (Percepção)	75.46	14.83
Cabelo antes da Covid-19 (Percepção)	3.58	1.18
Dentes antes da Covid-19 (Percepção)	3.19	1.22
Olhos antes da Covid-19 (Percepção)	4.13	.86
Orelhas antes da Covid-19 (Percepção)	3.61	.97
Nariz antes da Covid-19 (Percepção)	3.37	1.12
Pele antes da Covid 19 (Percepção)	3.63	1.17
Aspetto geral da face/rosto antes da Covid-19 (Percepção)	3.34	1.17
Braços antes da Covid-19 (Percepção)	3.42	1.08
Seios/peitorais antes da Covid-19 (Percepção)	3.25	1.06
Ombros antes da Covid-19 (Percepção)	3.60	.92
Barriga antes da Covid 19 (Percepção)	3.07	1.34
Anca antes da Covid-19 (Percepção)	3.26	1.14
Cintura antes da Covid-19 (Percepção)	3.35	1.13
Nádegas antes da Covid-19 (Percepção)	3.29	1.08
Coxas antes da Covid-19 (Percepção)	3.13	1.20
Pernas antes da Covid-19 (Percepção)	3.28	1.17
Forma do corpo antes da Covid-19 (Percepção)	3.16	1.27
Atitude/porte antes da Covid-19 (Percepção)	3.45	1.13
Peso antes da Covid- 19 (Percepção)	3.08	1.30
Altura antes da Covid-19 (Percepção)	3.52	1.19
Condição física antes da Covid-19 (Percepção)	3.52	1.20
Energia antes da Covid-19 (Percepção)	3.90	1.15
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19	76.18	17.08
Cabelo pós-Covid-19	3.91	1.16
Dentes pós-Covid-19	3.44	1.24
Olhos pós-Covid-19	4.25	.87
Orelhas pós-Covid-19	3.58	.96
Nariz pós-Covid-19	3.40	1.18
Pele pós-Covid-19	3.68	1.15
Aspetto geral da face/rosto pós-Covid-19	3.51	1.17
Braços pós-Covid-19	3.39	1.13
Seios/peitorais pós-Covid-19	3.35	1.12
Ombros pós-Covid-19	3.57	.98
Barriga pós-Covid-19	3.04	1.42
Anca pós-Covid-19	3.28	1.19
Cintura pós-Covid-19	3.33	1.23
Nádegas pós-Covid-19	3.32	1.13
Coxas pós-Covid-19	3.18	1.29
Pernas pós-Covid-19	3.31	1.31
Forma do corpo pós-Covid-19	3.24	1.37

Continua

Variáveis	Média	Desvio Padrão
Atitude/porte pós-Covid-19	3.50	1.18
Peso pós-Covid-19	3.08	1.39
Altura pós-Covid-19	3.68	1.19
Condição física pós-Covid-19	3.51	1.28
Energia pós-Covid-19	3.72	1.31

Continuação

Anexo 14

Valores de assimetria, curtose e Kolmogorov-Smirnov^a

Variável	Assimetria	Curtose	Kolmogorov-Smirnov ^a		
			Estatística	gl	Sig
Autoestima antes da Covid-19 (Percepção)	-.354	-.239	.078	305	<.001
Autoestima pós-Covid-19	-.339	-.471	.078	301	<.001
Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (Percepção)	-.041	-.296	.048	285	.200
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19	-.334	-.350	.089	295	<.001
Cabelo antes da Covid-19 (Percepção)	-.475	-.827	.239	307	<.001
Dentes antes da Covid-19 (Percepção)	-.323	-.892	.218	307	<.001
Olhos antes da Covid-19 (Percepção)	-.962	.938	.248	306	<.001
Orelhas antes da Covid-19 (Percepção)	-.304	-.153	.205	310	<.001
Nariz antes da Covid-19 (Percepção)	-.402	-.596	.228	309	<.001
Pele antes da Covid-19 (Percepção)	-.711	-.302	.259	308	<.001
Aspeto geral da face/rosto antes da Covid-19 (Percepção)	-.412	-.871	.270	309	<.001
Braços antes da Covid-19 (Percepção)	-.504	-.342	.237	309	<.001
Seios/Peitorais antes da Covid-19 (Percepção)	-.396	-.404	.214	309	<.001
Ombros antes da Covid-19 (Percepção)	-.322	-.044	.215	308	<.001
Barriga antes da Covid-19 (Percepção)	-.198	-1.243	.232	309	<.001
Ancas antes da Covid-19 (Percepção)	-.493	-.582	.244	310	<.001
Cintura antes da Covid-19 (Percepção)	-.433	-.628	.240	306	<.001
Nádegas antes da Covid-19 (Percepção)	-.310	-.488	.197	306	<.001
Coxas antes da Covid-19 (Percepção)	-.259	-.906	.214	308	<.001

Continua

Variável	Assimetria	Curtose	Kolmogorov-Smirnov ^a		
			Estatística	gl	Sig
Pernas antes da Covid-19 (Percepção)	-.392	-.740	.232	309	< .001
Forma do corpo antes da Covid-19 (Percepção)	-.279	-1.001	.213	308	< .001
Atitude/Porte antes da Covid-19 (Percepção)	-.599	-.403	.263	305	< .001
Peso antes da Covid-19 (Percepção)	-.220	-1.149	.226	309	<.001
Altura antes da Covid-19 (Percepção)	-.556	-.585	.243	309	< .001
Condição Física antes da Covid-19 (Percepção)	-.580	-.605	.255	309	< .001
Energia antes da Covid-19 (Percepção)	-1.080	.456	.269	309	< .001
Cabelo pós-Covid-19	-1.055	.234	.287	309	< .001
Dentes pós-Covid-19	-.504	-.798	.252	308	< .001
Olhos pós-Covid-19	-1.271	1.854	.270	306	< .001
Orelhas pós-Covid-19	-.365	.119	.206	309	< .001
Nariz pós-Covid-19	-.455	-.713	.244	309	< .001
Pele pós-Covid-19	-.729	-.277	.259	308	< .001
Aspetto geral da face/rosto pós-Covid-19	-.662	-.586	.313	308	< .001
Braços pós-Covid-19	-.440	-.531	.224	309	< .001
Seios/Peitorais pós-Covid-19	-.515	-.435	.239	307	< .001
Ombros pós-Covid-19	-.363	-.136	.204	306	< .001
Barriga pós-Covid-19	-.228	-1.390	.259	307	< .001
Anca pós-Covid-19	-.479	-.662	.237	308	< .001
Cintura pós-Covid-19	-.471	-.777	.246	307	< .001
Nádegas pós-Covid-19	-.433	-.453	.205	308	< .001
Coxas pós-Covid-19	-.329	-1.031	.228	309	< .001
Pernas pós-Covid-19	-.434	-.935	.230	308	< .001

Continua

Variável	Assimetria	Curtose	Kolmogorov-Smirnov ^a		
			Estatística	gl	Sig
Forma do corpo pós-Covid-19	-.457	-1.114	.276	308	< .001
Atitude/Porte pós-Covid-19	-.655	-.455	.271	307	< .001
Peso após-Covid-19	-.306	-1.255	.245	308	< .001
Altura pós-Covid-19	-.781	-.260	.263	307	< .001
Condição Física pós-Covid-19	-.640	-.710	.273	309	< .001
Energia pós-Covid-19	-.883	-.405	.284	309	< .001
Idade	.164	-1.122	.146	311	< .001
Ano de escolaridade	.037	-1.244	.138	310	< .001

Continuação

Legenda: gl = graus de liberdade; Sig = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo

Anexo 15

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e género

	Feminino			Masculino			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.455	1.232	198	3.798	1.061	109	2.562	251.821	.001**
Dentes	3.005	1.265	199	3.528	1.072	108	3.642	305	.052
Olhos	4.181	.833	199	4.028	.9055	107	-1.484	304	.735
Orelhas	3.562	1.014	201	3.688	.879	109	1.093	308	.078
Nariz	3.195	1.164	200	3.688	.959	109	3.998	259.914	.003**
Pele	3.452	1.258	199	3.945	.901	109	3.970	284.706	<.001***
Aspetto geral da face/rosto	3.125	1.160	200	3.743	1.075	109	4.695	236.846	.010*
Braços	3.219	1.145	201	3.806	.837	108	5.143	279.392	<.001***
Seios/Peitorais	3.220	1.113	200	3.303	.948	109	.689	253.529	.040*
Ombros	3.482	.931	199	3.826	.859	109	3.178	306	.111
Barriga	2.940	1.344	200	3.303	1.309	109	2.288	307	.555
Ancas	3.129	1.168	201	3.514	1.042	109	2.872	308	.108
Cintura	3.258	1.175	198	3.519	1.037	108	2.006	244.314	.040*
Nádegas	3.198	1.137	197	3.468	.958	109	2.205	256.140	.027*
Coxas	2.920	1.186	199	3.523	1.119	109	4.353	306	.598
Pernas	2.995	1.180	200	3.807	.957	109	6.553	263.020	.011*
Forma do corpo	2.935	1.252	199	3.578	1.196	109	4.381	306	.612
Atitude/Porte	3.300	1.119	197	3.732	1.099	108	3.245	303	.325
Peso	2.940	1.336	200	3.349	1.189	109	2.668	307	.165
Altura	3.410	1.166	200	3.725	1.201	109	2.244	307	.802
Condição física	3.370	1.208	200	3.789	1.131	109	2.978	307	.102
Energia	3.765	1.199	200	4.147	1.026	109	2.811	307	.072
Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	72.40	14.274	182	80.864	14.314	103	4.804	283	.563

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 16

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e gênero

	Feminino			Masculino			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.810	1.217	200	4.101	1.018	109	2.237	257.153	.015*
Dentes	3.250	1.291	200	3.796	1.048	108	4.017	260.199	<.001***
Olhos	4.268	.821	198	4.204	.964	108	-.612	304	.103
Orelhas	3.480	.987	200	3.752	.873	109	2.411	307	.116
Nariz	3.220	1.224	200	3.743	1.004	109	4.043	261.026	<.001***
Pele	3.457	1.234	199	4.083	.862	109	5.199	288.324	<.001***
Aspetto geral da face/rosto	3.261	1.169	199	3.954	1.022	109	5.403	248.584	<.001***
Braços	3.145	1.123	200	3.835	1.005	109	5.352	307	.092
Seios/Peitorais	3.273	1.134	198	3.477	1.077	109	1.538	305	.443
Ombros	3.394	.949	198	3.880	.964	108	4.256	304	.907
Barriga	2.804	1.434	199	3.463	1.300	108	4.087	238.757	.002**
Ancas	3.141	1.231	199	3.541	1.067	109	2.980	250.230	.027*
Cintura	3.207	1.264	198	3.541	1.127	109	2.381	244.971	.039*
Nádegas	3.166	1.149	199	3.615	1.044	109	3.383	306	.364
Coxas	2.905	1.290	200	3.697	1.135	109	5.584	247.220	.013*
Pernas	2.990	1.310	199	3.899	1.080	109	6.540	260.195	.002**
Forma do corpo	2.945	1.364	199	3.780	1.197	109	5.568	247.889	<.001***
Atitude/Porte	3.308	1.175	198	3.835	1.126	109	3.813	305	.109
Peso	2.824	1.423	199	3.560	1.190	109	4.833	257.353	<.001***
Altura	3.518	1.176	199	3.991	1.164	108	3.379	305	.118
Condição física	3.285	1.316	200	3.927	1.095	109	4.576	258.238	<.001***
Energia	3.490	1.364	200	4.138	1.109	109	4.513	262.469	<.001***
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	72.000	16.287	190	83.752	15.887	105	5.986	293	.117

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 17

Perceção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e idade

		Idade
Cabelo	r	-.224
	p	<.001***
	N	307
Dentes	r	-.052
	p	.365
	N	307
Olhos	r	-.035
	p	.543
	N	306
Orelhas	r	.017
	p	.767
	N	310
Nariz	r	-.198
	p	<.001***
	N	309
Pele	r	-.225
	p	<.001***
	N	308
Aspetto geral da face/rosto	r	-.127
	p	.025*
	N	309
Braços	r	-.286
	p	<.001***
	N	309
Seios/Peitorais	r	-.104
	p	.069
	N	309
Ombros	r	-.175
	p	.002**
	N	308
Barriga	r	-.160
	p	.005**
	N	309
Ancas	r	-.178
	p	.002**
	N	310
Cintura	r	-.084
	p	.142
	N	306
Nádegas	r	-.017
	p	.774
	N	306

Continua

		Idade
Coxas	r	-.133
	p	.019*
	N	308
Pernas	r	-.171
	p	.003**
	N	309
Forma do corpo	r	-.157
	p	.006**
	N	308
Atitude/Porte	r	-.156
	p	.006**
	N	305
Peso	r	-.154
	p	.007**
	N	309
Altura	r	-.085
	p	.137
	N	309
Condição física	r	-.175
	p	.002**
	N	309
Energia	r	-.120
	p	.035*
	N	309
Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	r	-.225
	p	<.001***
	N	285

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 18

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e idade

	12 anos	13 anos	14 anos	15 anos	16 anos	17 anos	18 anos	ANOVA	
	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	F	P
Cabelo	3.917 1.124	3.939 1.144	3.711 1.100	3.367 1.253	3.143 1.155	3.306 1.191	3.421 1.071	3.57 8	.002 **
Nariz	3.850 .899	3.449 1.259	3.356 1.048	3.020 1.152	3.300 1.015	3.278 1.233	2.947 1.079	3.36 9	.003 **
Pele	3.933 1.103	4.102 .770	3.822 1.029	3.041 1.274	3.400 1.245	3.556 1.252	3.211 1.084	5.49 9	<.00 1 ***
Aspetto geral da face/rosto	3.517 1.255	3.490 1.102	3.600 1.009	3.180 1.207	3.000 1.178	3.333 1.121	3.158 1.214	1.69 9	.121
Braços	3.983 .873	3.490 1.043	3.533 .968	3.240 1.061	3.360 1.121	2.743 1.221	3.150 .933	6.11 5	<.00 1 ***
Ombros	4.050 .852	3.633 .809	3.444 .943	3.360 1.005	3.571 .979	3.417 .732	3.579 .902	3.60 8	.002 **
Barriga	3.450 1.294	3.225 1.311	3.046 1.293	2.780 1.418	3.140 1.294	2.750 1.422	2.700 1.218	1.95 9	.071
Ancas	3.583 .962	3.592 .998	3.311 1.125	2.840 1.283	3.180 1.173	2.889 1.190	3.350 .988	3.51 4	.002 **
Coxas	3.458 1.088	3.250 1.212	3.111 1.172	2.900 1.216	3.060 1.236	3.000 1.331	2.950 1.050	1.31 0	.252
Pernas	3.683 .948	3.449 1.209	3.356 1.026	2.900 1.266	3.040 1.261	3.222 1.290	3.158 .958	2.75 4	.013 *
Forma do corpo	3.509 1.150	3.490 1.175	3.022 1.252	2.900 1.403	3.060 1.219	2.778 1.267	3.263 1.368	2.41 6	.027 *
Atitude/ Porte	3.825 1.088	3.612 1.096	3.422 .988	3.143 1.190	3.280 1.126	3.514 1.067	3.150 1.348	2.32 5	.033 *
Peso	3.517 1.334	3.245 1.234	3.044 1.205	2.700 1.389	3.082 1.272	2.694 1.238	3.150 1.182	2.59 6	.018 *
Condição física	3.867 1.096	3.667 1.243	3.644 1.111	3.360 1.191	3.180 1.155	3.361 1.313	3.350 1.268	2.07 7	.056
Energia	4.200 1.038	3.959 1.172	3.956 1.021	3.796 1.020	3.420 1.372	4.194 .920	3.650 1.461	2.87 3	.010 *
Percepção de Satisfaçã o com a imagem corporal	81.96 4 15.42 2	78.88 9 14.91 1	75.54 6 14.68 8	69.36 4 16.10 4	72.56 8 12.40 9	72.91 2 12.92 0	73.68 4 10.96 5	4.15 2	<.00 1 ***

Legenda: M = média; DP = desvio padrão; f = Teste Anova p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 19

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e idade

		Idade
Cabelo	r	.064
	p	.262
	N	309
Dentes	r	.003
	p	.960
	N	308
Olhos	r	-.003
	p	.953
	N	306
Orelhas	r	.045
	p	.428
	N	309
Nariz	r	-.098
	p	.085
	N	309
Pele	r	-.138
	p	.015*
	N	308
Aspetto geral da face/rosto	r	.027
	p	.640
	N	308
Braços	r	-.214
	p	<.001***
	N	309
Seios/Peitorais	r	.030
	p	.598
	N	307
Ombros	r	-.116
	p	.043*
	N	306
Barriga	r	-.045
	p	.430
	N	307
Ancas	r	-.064
	p	.266
	N	308
Cintura	r	.049
	p	.396
	N	307
Nádegas	r	.042
	p	.467
	N	308
Coxas	r	.009
	p	.877
	N	309

Continua

		Idade
Pernas	r	-.004
	p	.938
	N	308
Forma do corpo	r	-.013
	p	.826
	N	308
Atitude/Porte	r	.001
	p	.983
	N	307
Peso	r	-.081
	p	.155
	N	308
Altura	r	-.064
	p	.260
	N	307
Condição Física	r	-.096
	p	.093
	N	309
Energia	r	-.078
	p	.173
	N	309
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	r	-.062
	p	.285
	N	295

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 20

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e idade

	12 anos	13 anos	14 anos	15 anos	16 anos	17 anos	18 anos	<i>ANOVA</i>	
	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	F	P
Pele	3.967 1.089	3.938 .976	3.667 1.243	3.400 1.212	3.320 1.203	3.833 .941	3.526 1.349	2.553	.020*
Braços	3.800 .935	3.563 1.183	3.467 1.160	3.060 1.252	3.360 .985	3.056 1.145	3.050 1.099	3.213	.004 **
Ombros	3.750 .950	3.681 1.024	3.533 1.014	3.420 1.012	3.600 .948	3.429 .815	3.316 1.157	.983	.437

Legenda: M = média; DP = desvio padrão; f = Teste *Anova* p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 21

Perceção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e ano de escolaridade

		Ano de escolaridade
Cabelo	r	-.242
	p	<.001***
	N	306
Dentes	r	-.071
	p	.213
	N	306
Olhos	r	-.029
	p	.609
	N	305
Orelhas	r	.033
	p	.560
	N	309
Nariz	r	-.190
	p	<.001***
	N	308
Pele	r	-.246
	p	<.001***
	N	308
Aspeto geral da face/rosto	r	-.134
	p	.018*
	N	308
Braços	r	-.320
	p	<.001***
	N	308
Seios/Peitorais	r	-.139
	p	.015*
	N	308
Ombros	r	-.193
	p	<.001***
	N	307
Barriga	r	-.160
	p	.005**
	N	308
Ancas	r	-.187
	p	<.001***
	N	309
Cintura	r	-.105
	p	.068
	N	305
Nádegas	r	-.026
	p	.652
	N	305

Continua

		Ano de escolaridade
Coxas	r	-.143
	p	.012*
	N	307
Pernas	r	-.187
	p	<.001***
	N	308
Forma do corpo	r	-.193
	p	<.001***
	N	307
Atitude/Porte	r	-.158
	p	.006**
	N	304
Peso	r	-.179
	p	.002**
	N	308
Altura	r	-.098
	p	.087
	N	308
Condição física	r	-.184
	p	.001**
	N	308
Energia	r	-.121
	p	.034*
	N	308
Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	r	-.249
	p	<.001***
	N	285

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 22

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e ano de escolaridade

	7º ano	8º ano	9º ano	10º ano	11º ano	12º ano	ANOVA	
	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	F	P
Cabelo	3.984 1.057	3.761 1.196	3.925 1.071	3.222 1.208	3.125 1.178	3.364 1.143	5.640	<.001 ***
Nariz	3.820 .958	3.391 1.220	3.453 1.084	3.036 1.088	3.244 1.146	3.182 1.126	3.506	.004 **
Pele	4.000 1.017	3.935 .952	3.887 .954	3.200 1.282	3.327 1.360	3.341 1.140	5.428	<.001 ***
Aspetto geral da face/rosto	3.557 1.205	3.283 1.167	3.793 .927	3.109 1.227	3.000 1.258	3.250 1.037	3.476	.005 **
Braços	4.016 .846	3.370 1.019	3.642 .982	3.346 1.004	3.188 1.161	2.800 1.140	8.554	<.001 ***
Seios/Peitorais	3.525 1.026	3.196 1.003	3.434 .910	3.218 .975	2.837 1.231	3.227 1.097	2.763	.019 *
Ombros	4.066 .834	3.500 .810	3.566 .930	3.509 1.016	3.375 1.003	3.500 .731	4.239	<.001 ***
Barriga	3.426 1.271	3.109 1.354	3.231 1.262	2.855 1.407	2.959 1.353	2.733 1.355	1.961	.084
Ancas	3.574 .939	3.413 1.066	3.547 1.048	2.946 1.253	2.939 1.248	3.133 1.120	3.650	.003 **
Coxas	3.459 1.119	3.023 1.151	3.359 1.162	2.982 1.163	3.000 1.339	2.889 1.191	2.062	.070
Pernas	3.689 .975	3.261 1.163	3.566 1.065	2.946 1.193	3.061 1.360	3.091 1.117	3.749	.003 **
Forma do corpo	3.607 1.100	3.200 1.254	3.340 1.224	2.878 1.348	2.878 1.348	2.932 1.189	2.964	.013 *
Atitude/Porte	3.864 1.042	3.400 1.156	3.566 1.010	3.222 1.127	3.204 1.207	3.386 1.166	2.718	.020 *
Peso	3.492 1.337	3.174 1.235	3.1501 1.262	2.891 1.370	2.917 1.269	2.778 1.223	2.213	.053
Condição física	3.933 1.071	3.413 1.257	3.811 1.093	3.309 1.200	3.265 1.204	3.267 1.250	3.445	.005 **
Energia	4.230 1.039	3.739 1.201	4.113 .974	3.778 1.076	3.571 1.339	3.889 1.229	2.510	.030 *
Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) (total)	82.857 14.736	74.667 16.190	79.177 14.190	70.020 14.960	71.386 12.701	72.558 11.665	6.297	<.001 ***

Legenda: M = média; DP = desvio padrão; f = Teste Anova p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 23

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e ano de escolaridade

		Ano de escolaridade
Cabelo	r	.065
	p	.255
	N	308
Dentes	r	.000
	p	.998
	N	307
Olhos	r	-.002
	p	.969
	N	305
Orelhas	r	.061
	p	.289
	N	308
Nariz	r	-.090
	p	.115
	N	308
Pele	r	-.163
	p	.004**
	N	307
Aspetto geral da face/rosto	r	.042
	p	.466
	N	307
Braços	r	-.234
	p	<.001***
	N	308
Seios/Peitorais	r	.017
	p	.761
	N	306
Ombros	r	-.115
	p	.046*
	N	305
Barriga	r	-.036
	p	.528
	N	306
Ancas	r	-.072
	p	.205
	N	307
Cintura	r	.057
	p	.320
	N	306
Nádegas	r	.052
	p	.367
	N	307

Continua

		Ano de escolaridade
Coxas	r	.006
	p	.918
	N	308
Pernas	r	-.007
	p	.902
	N	307
Forma do corpo	r	-.020
	p	.731
	N	307
Atitude/Porte	r	.014
	p	.804
	N	306
Peso	r	-.085
	p	.136
	N	307
Altura	r	-.053
	p	.359
	N	306
Condição física	r	-.083
	p	.147
	N	308
Energia	r	-.062
	p	.278
	N	308
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	r	-.057
	p	.330
	N	294

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 24

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e ano de escolaridade

	7º ano	8º ano	9º ano	10º ano	11º ano	12º ano	<i>ANOVA</i>	
	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	M DP	F	P
Pele	4.000 1.125	3.778 .951	3.793 1.166	3.491 1.200	3.408 1.273	3.546 1.109	2.093	.066
Braços	3.820 1.008	3.422 1.097	3.547 1.186	3.236 1.170	3.204 1.080	2.956 1.086	3.945	.002 **
Ombros	3.771 1.023	3.523 .952	3.642 .982	3.546 1.033	3.458 .988	3.386 .868	1.025	.403

Legenda: M = média; DP = desvio padrão; f = Teste *Anova* p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 25

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e localidade de residência

	APU			AMU			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.520	1.199	198	3.682	1.197	85	-1.043	281	.395
Dentes	3.183	1.219	197	3.259	1.255	85	-.477	280	.739
Olhos	4.178	.877	197	3.988	.838	85	1.686	280	.092
Orelhas	3.610	1.011	200	3.506	.921	85	.816	283	.130
Nariz	3.317	1.179	199	3.424	1.028	85	-.727	282	.054
Pele	3.543	1.270	199	3.798	.941	84	-1.866	208.048	<.001***
Aspetto geral da face/rosto	3.221	1.219	199	3.529	1.042	85	-2.167	184.250	.009**
Braços	3.347	1.117	199	3.588	.955	85	-1.740	282	.052
Seios/Peitorais	3.241	1.097	199	3.224	1.016	85	.127	282	.362
Ombros	3.586	.935	198	3.577	.878	85	.079	281	.288
Barriga	3.060	1.373	199	3.129	1.280	85	-.396	282	.105
Ancas	3.205	1.157	200	3.377	1.112	85	-1.157	283	.537
Cintura	3.313	1.168	198	3.361	1.077	83	-.324	279	.314
Nádegas	3.279	1.124	197	3.298	1.039	84	-.129	279	.341
Coxas	3.050	1.219	200	3.217	1.220	83	-1.048	281	.987
Pernas	3.211	1.217	199	3.412	1.126	85	-1.301	282	.399
Forma do corpo	3.101	1.287	199	3.274	1.245	84	-1.045	281	.708
Atitude/Porte	3.396	1.198	197	3.571	.935	84	-1.319	198.575	.003**
Peso	3.091	1.330	199	3.106	1.215	85	-.092	282	.082
Altura	3.518	1.176	199	3.624	1.134	85	-.703	282	.307
Condição física	3.487	1.230	199	3.659	1.097	85	-1.162	176.837	.035*
Energia	3.925	1.147	200	3.929	1.078	85	-.030	283	.803
Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	74.636	14.830	184	76.963	14.727	80	-1.174	262	.630

Legenda: APU = Área Predominantemente Urbana; AMU = Área Mediamente Urbana; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 26

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e localidade de residência

	APU			AMU			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.935	1.120	199	3.741	1.320	85	1.182	138.038	.012*
Dentes	3.455	1.244	198	3.435	1.239	85	.119	281	.965
Olhos	4.270	.908	196	4.129	.842	85	1.222	279	.082
Orelhas	3.578	.986	199	3.447	.932	85	1.040	282	.279
Nariz	3.432	1.208	199	3.247	1.184	85	1.190	282	.570
Pele	3.631	1.218	198	3.718	1.007	85	-.619	190.489	.012*
Aspetto geral da face/rosto	3.495	1.187	198	3.435	1.159	85	.390	281	.934
Braços	3.307	1.120	199	3.565	1.085	85	-1.796	282	.785
Seios/Peitorais	3.335	1.120	197	3.282	1.130	85	.361	280	.922
Ombros	3.523	1.008	197	3.607	.892	84	-.664	279	.166
Barriga	3.041	1.446	197	3.035	1.393	85	.029	280	.422
Ancas	3.256	1.210	199	3.321	1.184	84	-.416	281	.358
Cintura	3.328	1.237	198	3.238	1.228	84	.561	280	.700
Nádegas	3.322	1.145	199	3.310	1.140	84	.081	281	.755
Coxas	3.151	1.266	199	3.153	1.410	85	-.013	282	.131
Pernas	3.302	1.295	199	3.329	1.366	85	-.164	282	.263
Forma do corpo	3.202	1.363	198	3.259	1.399	85	-.319	281	.554
Atitude/Porte	3.480	1.204	198	3.518	1.098	85	-.249	281	.246
Peso	3.046	1.437	198	3.153	1.323	85	-.591	281	.094
Altura	3.774	1.165	199	3.607	1.162	84	1.101	281	.705
Condição física	3.432	1.324	199	3.706	1.111	85	-1.792	187.508	.008**
Energia	3.658	1.346	199	3.835	1.233	85	-1.040	282	.244
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	75.63	16.912	191	76.232	17.619	82	-.262	271	.799

Legenda: APU = Área Predominantemente Urbana; AMU = Área Mediamente Urbana; n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 27

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e prática de exercício físico

	Pratica exercício físico			Não pratica exercício físico			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.524	1.213	147	3.612	1.164	157	-.643	302	.405
Dentes	3.318	1.172	148	3.071	1.271	156	1.759	302	.515
Olhos	4.054	.912	147	4.199	.815	156	-1.454	301	.734
Orelhas	3.660	.954	150	3.548	.983	157	1.014	305	.922
Nariz	3.510	1.057	149	3.217	1.162	157	2.308	304	.136
Pele	3.651	1.202	149	3.603	1.134	156	.362	303	.513
Aspetto geral da face/rosto	3.490	1.206	149	3.191	1.122	157	2.246	304	.365
Braços	3.550	1.043	149	3.306	1.119	157	1.976	304	.414
Seios/Peitorais	3.222	1.045	149	3.261	1.075	157	-.327	304	.689
Ombros	3.691	.958	149	3.519	.883	156	1.632	303	.324
Barriga	3.167	1.383	150	2.987	1.305	156	1.168	304	.174
Ancas	3.293	1.218	150	3.229	1.067	157	.489	295.771	.030*
Cintura	3.381	1.201	147	3.314	1.076	156	.511	301	.122
Nádegas	3.324	1.132	148	3.252	1.042	155	.582	301	.130
Coxas	3.295	1.244	149	2.968	1.138	156	2.394	297.627	.044*
Pernas	3.463	1.200	149	3.096	1.125	157	2.765	304	.158
Forma do corpo	3.297	1.312	148	3.019	1.222	157	1.918	303	.127
Atitude/Porte	3.581	1.094	148	3.318	1.153	154	2.031	300	.300
Peso	3.201	1.300	149	2.968	1.293	157	1.573	304	.867
Altura	3.403	1.289	149	3.618	1.077	157	-1.580	288.862	.003**
Condição física	3.713	1.271	150	3.321	1.095	156	2.900	304	.224
Energia	4.087	1.121	149	3.720	1.165	157	2.810	304	.226
Percepção de Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	77.316	15.723	136	73.569	13.856	146	2.127	280	.225

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 28

Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19) e prática de exercício físico

	Pratica exercício físico			Não pratica exercício físico			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.920	1.148	149	3.892	1.174	157	.209	304	.950
Dentes	3.737	1.096	148	3.159	1.308	157	4.185	298.947	.002**
Olhos	4.253	.945	146	4.236	.810	157	.176	301	.159
Orelhas	3.691	.915	149	3.459	.984	157	2.140	304	.564
Nariz	3.544	1.130	149	3.255	1.208	157	2.157	304	.225
Pele	3.811	1.084	148	3.548	1.211	157	2.001	302.191	.017*
Aspetto geral da face/rosto	3.696	1.164	148	3.319	1.149	157	2.848	303	.244
Braços	3.591	1.115	149	3.191	1.122	157	3.123	304	.811
Seios/Peitorais	3.432	1.207	148	3.250	1.026	156	1.416	288.861	.017*
Ombros	3.760	1.006	146	3.382	.931	157	3.400	301	.187
Barriga	3.279	1.437	147	2.796	1.381	157	2.986	302	.599
Ancas	3.419	1.212	148	3.140	1.163	157	2.050	303	.294
Cintura	3.476	1.235	147	3.178	1.212	157	2.122	302	.644
Nádegas	3.439	1.230	148	3.204	1.030	157	1.806	287.263	.005**
Coxas	3.389	1.344	149	2.981	1.222	157	2.776	297.547	.046*
Pernas	3.557	1.327	149	3.071	1.255	156	3.290	303	.250
Forma do corpo	3.460	1.372	148	3.019	1.337	157	2.838	303	.993
Atitude/Porte	3.649	1.200	148	3.340	1.161	156	2.281	302	.969
Peso	3.322	1.372	149	2.853	1.376	156	2.983	303	.838
Altura	3.708	1.256	147	3.650	1.137	157	.421	302	.217
Condição física	3.792	1.280	149	3.229	1.224	157	3.930	304	.669
Energia	3.993	1.233	149	3.446	1.346	157	3.712	303.618	.003**
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	79.820	17.157	139	72.660	16.419	153	3.643	290	.781

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo

Anexo 29

Percepção da Autoestima e Percepção da Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19)

		Percepção da Autoestima (antes da Covid-19)
Cabelo	r	.375
	p	<.001***
	N	303
Dentes	r	.280
	p	<.001***
	N	303
Olhos	r	.159
	p	.006**
	N	302
Orelhas	r	.182
	p	.001**
	N	305
Nariz	r	.388
	p	<.001***
	N	305
Pele	r	.327
	p	<.001***
	N	304
Aspetto geral da face/rosto	r	.530
	p	<.001***
	N	305
Braços	r	.380
	p	<.001***
	N	304
Seios/Peitorais	r	.259
	p	<.001***
	N	305
Ombros	r	.395
	p	<.001***
	N	304
Barriga	r	.354
	p	<.001***
	N	304
Ancas	r	.324
	p	<.001***
	N	305
Cintura	r	.284
	p	<.001***
	N	303
Nádegas	r	.288
	p	<.001***
	N	303

Continua

Coxas	r	.340
	p	<.001***
	N	303
Pernas	r	.396
	p	<.001***
	N	305
Forma do corpo	r	.472
	p	<.001***
	N	304
Atitude/Porte	r	.417
	p	<.001***
	N	301
Peso	r	.454
	p	<.001***
	N	304
Altura	r	.302
	p	<.001***
	N	305
Condição física	r	.407
	p	<.001***
	N	304
Energia	r	.431
	p	<.001***
	N	304
Percepção da Satisfação com a imagem corporal antes da Covid-19 (total)	r	.598
	p	<.001***
	N	284

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 30

Autoestima e Satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19)

		Autoestima(pós-Covid-19)
Cabelo	r	.356
	p	<.001***
	N	299
Dentes	r	.313
	p	<.001***
	N	298
Olhos	r	.230
	p	<.001***
	N	297
Orelhas	r	.264
	p	<.001***
	N	299
Nariz	r	.346
	p	<.001***
	N	299
Pele	r	.356
	p	<.001***
	N	299
Aspetto geral da face/rosto	r	.600
	p	<.001***
	N	299
Braços	r	.402
	p	<.001***
	N	299
Seios/Peitorais	r	.374
	p	<.001***
	N	298
Ombros	r	.411
	p	<.001***
	N	298
Barriga	r	.452
	P	<.001***
	N	298
Ancas	r	.392
	p	<.001***
	N	298
Cintura	r	.400
	p	<.001***
	N	297
Nádegas	r	.451
	p	<.001***
	N	298

Continua

		Autoestima(pós-Covid-19)
Coxas	r	.421
	p	<.001***
	N	299
Pernas	r	.478
	p	<.001***
	N	298
Forma do corpo	r	.588
	p	<.001***
	N	299
Atitude/Porte	r	.508
	p	<.001***
	N	299
Peso	r	.491
	p	<.001***
	N	298
Altura	r	.366
	p	<.001***
	N	298
Condição física	r	.463
	p	<.001***
	N	299
Energia	r	.521
	p	<.001***
	N	299
Satisfação com a imagem corporal pós-Covid-19 (total)	r	.660
	p	<.001***
	N	289

Continuação

Legenda: r = Teste de *Pearson*, p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** =extremamente significativo; N = amostra;

Anexo 31

Percepção de Satisfação com a imagem corporal (antes da Covid-19) e satisfação com a imagem corporal (pós-Covid-19)

	Antes da Covid-19 (Percepção)			Pós-Covid-19			Significância Estatística		
	M	DP	N	M	DP	N	t	gl	p
Cabelo	3.587	1.178	305	3.915	1.155	305	-4.732	304	<.001***
Dentes	3.191	1.220	304	3.447	1.239	304	-3.995	303	<.001***
Olhos	4.125	.864	303	4.244	.873	303	-3.400	302	<.001***
Orelhas	3.617	.960	308	3.578	.957	308	1.014	307	.311
Nariz	3.384	1.106	307	3.404	1.180	307	-.382	306	.703
Pele	3.631	1.158	306	3.683	1.157	306	-.843	305	.400
Aspetto geral da face/rosto	3.349	1.163	307	3.505	1.167	307	-2.545	306	.011*
Braços	3.433	1.078	307	3.388	1.133	307	.868	306	.386
Seios/Peitorais	3.252	1.052	306	3.346	1.118	306	-1.809	305	.071
Ombros	3.609	.909	304	3.569	.983	304	.915	303	.361
Barriga	3.062	1.342	305	3.046	1.420	305	.230	304	.818
Ancas	3.261	1.128	307	3.283	1.191	307	-.400	306	.689
Cintura	3.343	1.128	303	3.333	1.220	303	.157	302	.875
Nádegas	3.297	1.078	303	3.320	1.139	303	-.468	302	.640
Coxas	3.147	1.188	306	3.199	1.287	306	-.911	305	.363
Pernas	3.301	1.160	306	3.311	1.305	306	-.165	305	.869
Forma do corpo	3.173	1.265	306	3.242	1.367	306	-.946	305	.345
Atitude/Porte	3.470	1.117	302	3.493	1.192	302	-.390	301	.697
Peso	3.092	1.297	306	3.088	1.387	306	.049	305	.961
Altura	3.525	1.176	305	3.682	1.192	305	-2.969	304	.003**
Condição física	3.521	1.189	307	3.524	1.271	307	-.051	306	.960
Energia	3.906	1.144	307	3.717	1.316	307	2.959	306	.003**
Satisfação com a imagem corporal (total)	75.592	14.780	277	76.368	16.928	277	-1.030	276	.304

Legenda: n = amostra; M = média; DP = desvio padrão; t = teste T; gl = graus de liberdade; p = significância/probabilidade: $p \geq 0.01 \leq 0.05$ * = significativo; $p < 0.01$ ** = muito significativo; $p < 0.001$ *** = extremamente significativo