

## Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição

Tatiane C. Oliveira<sup>1</sup>, Tatiana Bering<sup>2</sup>, José Roberto T. Oliveira<sup>3†</sup>, Neuber J. Segri<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Nutrição, Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT). E-mail: [taticortezzi27@gmail.com](mailto:taticortezzi27@gmail.com).

<sup>2</sup>Departamento de Alimentos e Nutrição, Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT). E-mail: [tatianabering@yahoo.com.br](mailto:tatianabering@yahoo.com.br).

<sup>3</sup>Departamento de Estatística, Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT).

<sup>4</sup>Departamento de Estatística, Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT). E-mail: [professor.neuber@gmail.com](mailto:professor.neuber@gmail.com).

**Resumo:** Avaliar a relação entre a imagem corporal e o risco para comportamentos de risco para transtornos alimentares (TA) em universitárias do curso de nutrição. **Métodos:** Abordagem quantitativa, em um estudo transversal com amostra por conveniência de estudantes de nutrição do sexo feminino. Para obtenção dos dados, utilizaram-se dois instrumentos autoaplicáveis: o Silhouette Matching Task (SMT), o Eating Attitudes Test (EAT-26), além das variáveis sociodemográficas. Para análise dos dados, aplicou-se o teste qui-quadrado de Pearson, adotando-se o nível de significância de 5%. **Resultados:** A maioria são solteiras (81%), com idade variando de 18 a 24 anos (82%). Para a imagem corporal, o Silhouette Matching Task (SMT) apontou 83% das universitárias apresentaram algum tipo de insatisfação com a imagem, e a prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares de acordo com o EAT-26, foi de 23%. Houve associação estatisticamente significativa entre a SMT e EAT-26 ( $p < 0,001$ ). **Conclusão:** Evidenciou-se a existência de relação entre a insatisfação com a imagem corporal e comportamento de risco para transtornos alimentares em universitárias do curso de nutrição.

**Palavras-chave:** insatisfação corporal; distúrbios alimentares; nutrição.

**Abstract:** To evaluate the relationship between body image and risk for eating disorders in university students of the nutrition course. **Methods:** Quantitative approach, in a cross-sectional study with convenience sample of female nutrition students. To obtain the data, two self-applied instruments were used: the Silhouette Matching Task (SMT), the Eating Attitudes Test (EAT-26), and the sociodemographic variables. Pearson's chi-square test was used to analyze the data, with a significance level of 5% being used. **Results:** Most are single (81%), ranging in age from 18 to 24 years (82%). For the body image, the Silhouette Matching Task (SMT) indicated that 83% of university students had some type of dissatisfaction with the image, and the prevalence of risk behaviors for eating disorders according to EAT-26 was 23%. There was a statistically significant association between SMT and EAT-26 ( $p < 0.001$ ). **Conclusion:** There was evidence of a relationship between dissatisfaction with body image and attitudes of risk for eating disorders of university students in the course of nutrition.

**Keywords:** body dissatisfaction; eating disorders; nutrition.

### 1. Introdução

Os transtornos alimentares (TA) são distúrbios psiquiátricos que afetam particularmente adolescentes e adultos jovens do sexo feminino interferindo na saúde física e mental, assim como no aumento da morbidade e mortalidade. São caracterizados por um comportamento alimentar perturbado e suas causas incluem fatores biológicos, psicológicos, socioculturais, crenças e pensamentos a respeito de si mesmo e do mundo. Nesses quadros, observa-se uma relação doentia com a imagem corporal (IC) e com a alimentação. Este comportamento pode levar a grandes prejuízos físicos, emocionais e sociais (ABREU & CANGELLI FILHO, 2005) afetando a qualidade de vida no aspecto pessoal, profissional e afetivo (APPOLINÁRIO. & CLAUDINO, 2000).

---

† Autor correspondente: [temponi@ufmt.br](mailto:temponi@ufmt.br).

O padrão de beleza imposto na sociedade atual, corpo magro e atlético, não leva em consideração os diferentes tipos físicos e aspectos de saúde da população, o que muitas vezes acaba por gerar uma IC negativa e insatisfação com o próprio corpo. Essa insatisfação leva a busca incessante ao padrão do corpo considerado perfeito adotando dietas restritivas e práticas inadequadas de controle de peso, como uso de medicamentos para emagrecer, autoindução de vômitos e atividade física extenuante (ANDRADE & BOSI, 2003).

Estudos mostram que alguns grupos populacionais estão mais suscetíveis a transtornos alimentares como mulheres jovens, profissionais ligados a moda, nutricionistas, educadores físicos e universitários em geral. Pertencer a grupos profissionais como atletas, bailarinas, modelos e nutricionistas reforçam a demanda por um corpo magro, aumentando também o risco de TA (MAGALHÃES, MENDONÇA, 2005; KIRSTEN; FRATTON; PORTA, 2009).

O primeiro passo para o tratamento eficiente do TA é a busca de ajuda de uma equipe multidisciplinar composta por nutricionistas, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais, enfermeiros e educadores físicos. O tratamento inclui a conscientização de quanto esse comportamento da pessoa com TA é inadequado e prejudicial. Deve acontecer a estabilização nutricional para os padrões saudáveis de peso, o questionamento dos pensamentos e crenças da pessoa sobre ela mesma e auxiliar na resolução de problemas para que a comida não seja um comportamento de "alívio" à ansiedade e preocupações. É importante a busca dos profissionais para obter-se pensamentos mais funcionais, e se necessário ajuda medicamentosa para controlar os seus impulsos e quadros de depressão (CORDÁS, 2001).

Diante do exposto, este estudo tem como objetivo verificar associação entre o nível de satisfação corporal e o risco para comportamento de risco para transtornos alimentares (TA) em universitárias.

## 2. Material e Métodos

O presente trabalho utilizou metodologia de abordagem quantitativa, sendo um estudo de delineamento transversal com amostra por conveniência, composta por estudantes do sexo feminino do curso de nutrição de Cuiabá – MT. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 89489718.1.0000.8124). A amostra foi composta por estudantes de nutrição do sexo feminino com idade a partir de 18 anos e que aceitarem participar da pesquisa e assinaram o termo de consentimento livre esclarecido.

Para a coleta de dados foi utilizado questionário autoaplicável construído por meio de instrumentos validados, a fim de avaliar o risco para transtornos alimentares e a percepção da autoimagem corporal.

O instrumento utilizado para avaliação o comportamento de risco para transtornos alimentares foi o Eating Attitudes Test (EAT-26), este instrumento foi desenvolvido por Garner & Garfinkel (1979), e sua versão reduzida foi proposta por Garner et al. (1982) e a validação para o Brasil foi realizada por Bighetti (2003). É um instrumento de auto relato, empregado para avaliar e identificar padrões alimentares anormais, sendo também útil no acompanhamento de casos clínicos. O EAT-26 é composto por 26 questões, agrupadas em diferentes aspectos do comportamento alimentar (escala de dieta, escala de bulimia, preocupação com os alimentos e escala de controle oral), com seis opções de resposta: sempre, muito frequente, frequentemente, algumas vezes, raramente e nunca, que pontuam de zero a três. A pontuação final do questionário pode variar de 0 a

78, sendo que indivíduos que somarem 21 pontos ou mais apresentam comportamento alimentar de risco ao desenvolvimento de TA.

Para a avaliação da imagem corporal foi utilizado o instrumento Silhouette Matching Task (SMT). O SMT, escala proposta por Stunkard et al. (1983) adaptado por Marsh e Roche (1996) é composto por um conjunto de 12 silhuetas que foi apresentada para as participantes e em seguida foram feitas duas perguntas: Qual a silhueta que melhor representa a sua aparência física atualmente? Qual a silhueta gostaria de ter? Posteriormente foi avaliada a discrepância entre as duas silhuetas, a silhueta atual (SA) e a silhueta ideal (SI) apontada pela participante para avaliar a insatisfação corporal. Posteriormente, as estudantes que apresentaram valores positivos foram classificadas como insatisfeitas por excesso de peso; as que apresentarem valores negativos foram classificadas como insatisfeitas por magreza e aquelas que apresentarem valor igual a zero foram classificadas como satisfeitas.

Ainda, foi solicitado que as estudantes preenchessem dados relacionados a variáveis sócio-demográficas como a idade, o estado civil, se mora sozinha ou acompanhada de pais ou amigos ou companheiro, ainda foram coletados dados referentes ao período do curso.

Para análise, utilizou-se o *software* estatístico SPSS, versão 17.0, com nível de significância de 5% ( $\alpha = 0,05$ ) para todas as análises. O teste qui-quadrado foi aplicado para analisar as associações das variáveis categóricas relacionadas aos dados sociodemográficos com o semestre, inicial (primeiro ao quarto semestre) e final (quinto ao décimo semestre). O teste qui-quadrado também foi utilizado para avaliar a associação entre imagem corporal pela escala de silhueta com o risco para TA, avaliado pela EAT-26.

### 3. Resultados

Foram incluídas no estudo 140 acadêmicas do curso de Nutrição. Quanto ao período cursado, cerca de 51% (n=71) das participantes estavam entre o 1º e o 4º semestre, e 49% (n=69) do 5º ao final do curso. Em relação às características sócio-demográficas e o período do curso, a grande maioria são solteiras, com média de idade entre 18 a 24 anos, residentes com familiares e ainda não tem filhos (Tabela 1).

Foi possível verificar, ainda, por meio da Escala de Silhuetas, que a grande maioria das participantes, estando elas no início do curso ou final, apresentaram insatisfação com a imagem corporal seja por magreza ou excesso de peso (Tabela 2).

A elevada prevalência de insatisfação com a imagem corporal nos dois grupos, (83,1%) até o 4º semestre e (82,6%) do 5º semestre ao final.

A prevalência geral de comportamento de risco para transtornos alimentares, de acordo com o EAT-26, considerando o período em que se encontra, aponta uma tendência de risco de TA maior entre as estudantes dos semestres iniciais (Tabela 3).

Ainda que o valor  $p$  seja fronteiro a 5% se considerarmos a 6%, o risco de TA no estudante até o quarto semestre é 85% maior do que o risco do estudante de final de curso.

A partir da comparação entre os resultados dos instrumentos SMT que avalia a satisfação corporal e EAT-26 que avalia risco para TA, observou-se associação estatisticamente significativa entre as variáveis ( $p < 0,001$ ), estando a insatisfação com a imagem corporal relacionada com a presença de atitudes alimentares de riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares (Tabela 4).

Tabela 1- Associação características sócio-demográficas e período do curso de universitárias de Nutrição, Cuiabá- MT (n=140).

		Até o 4º semestre (n=71) n (%)	5º ao 10º semestre (n=69) n (%)	Valor de <i>p</i>
<b>Situação Conjugal</b>	Solteiro	56 (78,9)	57 (82,6)	0,852
	Casado	6 (8,5)	5 (7,2)	
	Comprometida	9 (12,7)	7 (10,1)	
<b>Faixa etária</b>	18 a 20	38 (63,3)	6 (10,2)	0,000
	21 a 23	13 (21,7)	40 (67,8)	
	≥24	9 (15,0)	13 (22,0)	
<b>Reside com</b>	Sozinho	6 (8,5)	10 (14,5)	0,469
	Com companheiro	4 (5,6)	5 (7,2)	
	Familiares	57 (80,3)	53 (76,8)	
	República/pensionato	2 (2,8)	0 (0,0)	
	outros	2 (2,8)	1 (1,4)	
<b>Filhos</b>	Sim	2 (2,8)	7 (10,1)	0,077
	não	69 (97,2)	62 (89,9)	

Nota: valores significativos  $p < 0,05$

Tabela 2 - Associação entre avaliação da imagem corporal com o período do curso de universitárias do curso de nutrição.

Class Silhouette	Até o 4º semestre n (%)	5º ao 10º semestre n (%)	Valor de <i>p</i>
Satisfeita	12 (16,9)	12 (17,4)	,864
Insatisfeita por magreza	16 (22,5)	13 (18,8)	
Insatisfeita por excesso de peso	43 (60,6)	44 (63,8)	

Nota: valores significativos  $p < 0,05$

Tabela 3 - Associação entre o risco de TA com o período do curso de universitárias de nutrição.

	Até o 4º semestre n (%)	5º ao 10º semestre n (%)	Valor de <i>p</i>
Não risco	50 (70,4)	58 (84,1)	0,05474
Risco TA	21 (29,6)	11 (15,9)	

Nota: valores significativos  $p < 0,05$

Tabela 4 - Associação entre auto avaliação da imagem corporal com risco de TA em universitárias do curso de nutrição.

Class. Silhouette	EAT		Valor de <i>p</i>
	Não risco n (%)	Risco TA n (%)	
Satisfeita	23 (21,3)	1 (3,1)	0,001
Insatisfeita por magreza	27 (25,0)	2 (6,3)	
Insatisfeita por excesso de peso	58 (53,7)	29 (90,6)	

Nota: valores significativos  $p < 0,05$

**Sigmae**, Alfenas, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

64ª Reunião da Região Brasileira da Sociedade Internacional de Biometria (RBRAS).

18º Simpósio de Estatística Aplicada à Experimentação Agrônômica (SEAGRO).

A insatisfação com a imagem corporal e a presença de atitudes alimentares de risco foram mais prevalentes naquelas estudantes insatisfeitas por excesso de peso.

Numa análise exploratória mais detalhada buscou-se o desdobramento do EAT-26, que é formado por três escalas: uma escala de dieta que avalia restrição alimentar e obsessão pela perda de peso, uma escala de bulimia e preocupação alimentar que avalia o uso de condutas de vômitos/indução de vômitos e pensamentos sobre comida e finalmente, a escala de controle oral que avalia o autocontrole da ingestão alimentar e a pressão do meio ambiente para perder peso.

Foi observado que indivíduos insatisfeitos com a imagem por excesso de peso apresentam alto risco de restrição alimentar e obsessão pela perda de peso e também alto risco de bulimia e preocupação alimentar. Já indivíduos insatisfeitos com a imagem corporal devido a magreza apresentam alto risco de controle oral. (Tabela 5).

Tabela 5- Associação entre a auto imagem corporal e o desdobramento do EAT-26 em universitárias do curso de nutrição.

Class. Silhouette	Restrição alimentar e obsessão pela perda de peso		Valor de <i>p</i>
	Baixo n (%)	Alto n (%)	
Satisfeita	23 (22,8)	1 (2,6)	0,000
Insatisfeita por magreza	28 (27,7)	1 (2,6)	
Insatisfeita por excesso de peso	50 (49,5)	37 (94,9)	
Class. Silhouette	Bulimia e preocupação alimentar		Valor de <i>p</i>
	Baixo n (%)	Alto n (%)	
Satisfeita	21 (22,6)	3 (6,4)	0,011
Insatisfeita por magreza	22 (23,7)	7 (14,9)	
Insatisfeita por excesso de peso	50 (53,8)	37 (78,7)	
Class. Silhouette	Controle oral		Valor de <i>p</i>
	Baixo n (%)	Alto n (%)	
Satisfeita	18 (17,6)	6 (15,8)	0,001
Insatisfeita por magreza	11 (10,8)	18 (47,4)	
Insatisfeita por excesso de peso	73 (71,6)	14 (36,8)	

Nota: valores significativos  $p < 0,05$

Diante disso, é possível evidenciar um descontentamento com a imagem corporal e a escala de dieta, mesmo naquelas universitárias consideradas magras. Essa situação gera reflexões sobre o conceito de aparência física que a sociedade impõe aos jovens, que é de um corpo perfeito que enaltece a valorização da imagem corporal e direciona a busca por esse padrão estético que nem sempre é saudável e, em muitos casos, impossível de se atingir.

#### 4. Discussão

Estudos mostram que a prevalência de risco de transtornos alimentares maiores do que 20% é considerada preocupante, especialmente em grupos de profissionais da área da saúde (ALVARENGA et al., 2011; LAUS et al., 2009). Ao estudar o risco de transtornos alimentares em acadêmicas de nutrição usando o EAT-26, SILVA et al. (2012), observou que 21,7% apresentaram comportamento de risco para TA. prevalência próxima a encontrada no presente estudo, que foi de 22,9%. Outro estudo recente (MOREIRA et al., 2017) que comparou universitárias de

*Sigmae*, Alfenas, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

64ª Reunião da Região Brasileira da Sociedade Internacional de Biometria (RBRAS).

18º Simpósio de Estatística Aplicada à Experimentação Agrônômica (SEAGRO).

administração e nutrição, obteve resultados semelhantes usando o EAT-26, que apresentou resultado de 25% de comportamento de risco para TA nas alunas de nutrição.

Ainda, outra pesquisa identificou que 26,1% das universitárias brasileiras de cursos da área da saúde, apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares com preocupação exagerada com a forma e peso corporal e com a alimentação (ALVARENGA *et al.*, 2011).

A alta prevalência de risco de TA em universitárias do curso de nutrição justifica-se pela pressão exercida pela sociedade de que a imagem do profissional da área da Nutrição seja relacionada à aparência e boa forma, por possuírem maior conhecimento sobre a alimentação, de uma certa forma as obrigariam a manterem-se com os rígidos padrões estéticos, fazendo com que esse grupo esteja exposto em um ambiente mais favorável ao desenvolvimento desses transtornos (SILVA *et al.*, 2012; PENZ *et al.*, 2008; FIATES & SALLES, 2001).

No presente estudo a percepção da imagem corporal mensurado pela Escala de Silhuetas (SMT) identificou elevado percentual de insatisfação corporal (82,7%) entre as universitárias, sendo a maioria insatisfeitas pelo excesso de peso, assemelhando-se a outros estudos que apontaram para prevalência de insatisfação corporal em estudantes de nutrição, avaliada através do mesmo instrumento, variando de 61,2% a 78,8% (SOUZA, RODRIGUES, 2014; MARTINS *et al.*, 2012).

Por meio da escala de silhuetas foi possível detectar, também, que a maioria das estudantes que apresentaram insatisfação corporal, mesmo as insatisfeitas com a imagem por magreza, desejavam modificar suas silhuetas, visando se adequar aos padrões estéticos. Essa situação gera reflexões sobre o conceito de aparência física que a sociedade impõe aos jovens, que é de um corpo perfeito e que enaltece a valorização da imagem corporal e direciona a busca por esse padrão estético que nem sempre é saudável, fato que também foi evidenciado em outros estudos (PENZ *et al.*, 2008; SILVA *et al.*, 2012; BOSI *et al.*, 2014).

Um estudo realizado por Moreira *et al.* (2017) ao avaliar universitárias de nutrição e administração, observaram que a percepção da imagem corporal se associou à anorexia ( $p=0,000$ ) e à bulimia ( $p=0,000$ ). E no presente estudo, também foi verificado que a insatisfação com a imagem corporal se associou com a maior prevalência de comportamento de risco para TA.

## 5. Conclusão

Os resultados apontados demonstraram uma relação entre a insatisfação da imagem corporal e comportamentos de risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em universitárias da área de nutrição. Assim, a insatisfação com a imagem corporal pode desencadear sentimentos que podem levar a instalação de comportamentos alimentares de risco para o transtorno alimentar.

## 6. Referências

ABREU CN, CANGELLI FILHO R. Anorexia nervosa e bulimia nervosa: a abordagem cognitivo-construtivista de psicoterapia. **Psicologia: Teoria e Prática**, 2005;7(1): 153-165.

ALVARENGA, M.S; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v.38, n.1, p.3-7, 2011.

ANDRADE A, BOSI MM. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar feminino. **Revista de Nutrição**. 2003; 16(1): 117-125

**Sigmae**, Alfenas, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

64ª Reunião da Região Brasileira da Sociedade Internacional de Biometria (RBRAS).

18º Simpósio de Estatística Aplicada à Experimentação Agrônômica (SEAGRO).

APPOLINÁRIO JC, CLAUDINO AM. Transtornos alimentares. **Rev Bras Psiquiatr.** 2000; 22(2): 28-31.

BOSI, M.L.M.; LUIZ, R.R.; MORGADO, C.M.C.; COSTA, M.L.S.; CARVALHO, R.J. Auto percepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v.2, n. 55, p.108-113, 2006.

CORDÁS TA. Transtornos alimentares em discussão. **Rev Bras Psiquiatr.** 2001; 23(4):178-9.

FIATES, G.M.R.; SALLES, R.K. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Revista de Nutrição**, v.14, p.3-6, 2001.

GARNER DM, GARFINKEL PE. The Eating Attitudes Test: an index of the symptom of anorexia nervosa. **Psychol Med.** 1979; 9(2): 273-9. 15.

KIRSTEN VR. FRATTON F, PORTA NBD. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Rev Nutri**, 2009; 22(2): 219-227.

LAUS, M.F.; MOREIRA, R.C.M.; COSTAS, T.M.B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v.31, n.3, p.192-6, 2009.

MAGALHÃES, V. M.; MENDONÇA, G. A. S. Transtornos alimentares em universitárias: estudo de confiabilidade da versão brasileira de questionários autopreenchíveis. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 8, n.3, p.236-245, 2005.

MARSH HW, ROCHE LA. **Predicting self-esteem from perceptions of actual and ideal ratings of body fatness: is there only one ideal “supermodel”**. Research Quartely for Research Quartely for exercise and Sport Research Quartely for exercise and Sport, exercise and Sport, v. 67, n. 1, p.13-23, 1996.

MARTINS, C.R.; GORDIA, A.P.; SILVA, D.A.S.; QUADROS, T.M.B.; FERRARI, E.P.; TEIXEIRA, D.M. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Estudos de Psicologia**. v.17. n.2. p.241-6. 2012.

MOREIRA, D. E.; PINHEIRO, M. C.; CARREIRO, D. L. et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, São Paulo, Ano 8, n. 1, p. 18-25. 2017.

PENZ, R.L.; DAL BOSCO, S.M.; VIEIRA, J.M. Risco para desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de Nutrição. **Scientia Medica**, v.18, n.3, p.124-128, 2008.

**Sigmae**, Alfenas, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

64ª Reunião da Região Brasileira da Sociedade Internacional de Biometria (RBRAS).

18º Simpósio de Estatística Aplicada à Experimentação Agronômica (SEAGRO).

---

SILVA, J.D.; SILVA, A.B.J.; OLIVEIRA, A.V.K.; NEMER, A.S.S.; Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro. vol.17 no.12. 2012.

SOUZA Q.J.O.V.D, RODRIGUES A.M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição, **Jornal brasileiro de psiquiatria**; v.63,n.3, p.200-204. 2014.

**Sigmae**, Alfenas, v.8, n.2, p. 771-778, 2019.

64ª Reunião da Região Brasileira da Sociedade Internacional de Biometria (RBRAS).  
18º Simpósio de Estatística Aplicada à Experimentação Agronômica (SEAGRO).