



II Simpósio de Pesquisa do Ecosistema Ânima:  
**Juntos pelo Conhecimento: um novo saber cria um novo amanhã**

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES DO  
CURSO DE NUTRIÇÃO - UMA REVISÃO DA LITERATURA**

Géssica Mayara Sáss - Universidade do sul de Santa Catarina, gesass1993@gmail.com;  
Isadora Renata Rizzardi - Universidade do sul de Santa Catarina, isa.rizzardi@hotmail.com;  
Msc: Aline de Faveri (orientadora).

**RESUMO: Introdução:** Os transtornos alimentares são distúrbios do comportamento alimentar que apresentam causas multifatoriais, os quais afetam principalmente o gênero feminino. A literatura evidencia que acadêmicos do curso de Nutrição são especialmente afetados. **Objetivo:** revisar a literatura científica acerca do risco de sintomas de transtornos alimentares em estudantes de Nutrição. **Resultados e Discussões:** Todos os estudos avaliaram os sintomas de transtornos alimentares utilizando o questionário Eating Attitudes Test (EAT-26). Os estudos apresentam resultados que confirmam o risco de sintomas de transtornos alimentares em estudantes de nutrição, o que destaca a importância do tema com esse público em específico.

**INTRODUÇÃO:**

O padrão estético atual supervaloriza o corpo magro como sinal de beleza, o que em alguns indivíduos promove preocupação excessiva com a aparência corporal, frustração, baixa autoestima e discriminação entre aqueles que fogem desta regra, podendo ser esta uma condição relevante para o surgimento de transtornos alimentares (TA) (SILVA, *et al.*, 2012). Neste contexto, pesquisas relacionadas aos TA têm aumentado nas últimas décadas (COPETTI; QUIROGA, 2018).

Os TA são comportamentos psicopatológicos, que tem em comum grave perturbação persistente nos hábitos alimentares, resultantes de consumos e absorção alteradas de alimentos, que por consequência causam o detrimento da saúde física e psíquica (BALOTTIN; MANNARINI; MENSI; CHIAPPEDI; GATTA, 2017; LEONIDAS; SANTOS, 2017).

O curso de graduação em Nutrição possui predominância feminina, e segundo Trindade e colaboradores (2018), estudantes deste curso apresentam mais sintomas relacionados a TA quando comparado à acadêmicos de outros cursos de graduação. Algumas variantes estão relacionadas a preocupação excessiva com a imagem corporal durante a vida acadêmica, dentre elas a busca pela



perfeição na futura profissão, uma vez que profissionais com boa apresentação física são melhor reconhecidos pela sociedade em geral, por serem exemplos em questões estéticas e de saúde ideal. Neste sentido, o corpo torna-se uma vitrine ou exemplo aos pacientes na futura profissão, o que reforça a ideia de subsistência corporal, podendo promover pressão psicológica e maior prevalência do desenvolvimento de TA (OLIVEIRA, *et al.*, 2017; SOUZA; ALVARENGA, 2016). Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi verificar a incidência de sintomas de TA em acadêmicos do curso de nutrição.

### **PALAVRAS-CHAVE:**

Transtornos alimentares; Eating Attitudes Test (EAT-26); Estudantes de nutrição;

### **MÉTODO:**

O estudo tratou-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, de caráter qualitativo, que teve como objetivo revisar a literatura sobre a da prevalência de sintomas de transtornos alimentares em estudantes do curso de Nutrição no Brasil. A coleta de dados ocorreu nos períodos de julho de 2022 a maio de 2023, por meio de bases de dados digitais. Para a busca, foram utilizadas as palavras chave: Transtornos alimentares; Eating Attitudes Test (EAT-26); Estudantes de Nutrição. Os artigos foram selecionados conforme fatores e desfechos estudados, sendo definidos como critérios de inclusão: estudos com estudantes do curso de nutrição utilizando como instrumento o EAT-26 para avaliação dos participantes, artigos disponíveis integralmente, em língua portuguesa, publicados nos últimos 10 anos (entre 2013 e 2023). Foram adotados como critérios de exclusão: artigos com o ano de publicação inferior a 2013, não disponíveis integralmente ou que não consentia realização de download, além de artigos que não estivessem correlacionados com o tema apresentado.

### **RESULTADOS E DISCUSSÕES:**

Todos os 10 estudos desta revisão utilizaram como ferramenta para avaliação do risco de TA em estudantes de nutrição o EAT-26. Trata-se de um questionário sensível para detecção de sintomas de TA, sendo a primeira tradução feita no Brasil realizada em Porto Alegre feita por Nunes *et al.* (1994). O questionário não é utilizado para fins de diagnóstico, mas detecta comportamentos preocupantes relacionados à comida e imagem corporal (ALVARENGA, 2010).

A versão simplificada foi estruturada em três fatores: 1) dieta - reflete restrição dietética para alimentos com altos valores calóricos, evitação de comida e preocupação excessiva com magreza; 2) bulimia e preocupação com alimentos - diz respeito a episódios de ingestão exagerada de alimentos, seguidos por métodos patológicos de controle de peso corporal; 3) autocontrole oral - representa o autocontrole em relação à comida e avalia a influência que o ambiente pode exercer sobre os hábitos



alimentares. (LANTYER; *et al.*, 2019).

Todos os 10 estudos que compõem esta revisão, que ao total envolveram 1.138 estudantes de nutrição, demonstraram dados preocupantes sobre o risco de desenvolvimento de TA em estudantes de nutrição. O curso de Nutrição parece estar mais relacionado a estes transtornos, quando comparado à alunos de outros cursos (FIATES; SALLES, 2001; MORAES; *et al.*, 2016).

Os trabalhos mais recentes encontraram sintomas de TA em 38,6% (ARAÚJO, *et al.*, 2018), 21% (ASSIS, *et al.*, 2020) e 25,5% dos acadêmicos de nutrição (BARBOSA, *et al.*, 2022). Não é possível afirmar se os estudantes que apresentam esses comportamentos procuram o curso de nutrição propositalmente, ou se o ambiente do curso é o que leva ao desencadeamento dos sintomas (KIRSTEN; FRATTON; PORTA, 2009; LIZOT; NICOLETTO, 2018).

Segundo Reis e Soares (2017) quão mais elevado é o IMC dos estudantes, maior o risco para o desenvolvimento de TA. E, segundo o EAT-26, estudantes com percentual de gordura mais elevado apresentam até 7,91 vezes mais chance de apresentarem os sintomas de TA, em comparação com estudantes eutróficos.

Segundo Oliveira *et al.* (2019) comportamentos alimentares de risco podem ser desencadeados pela insatisfação corporal. Mas é importante dar ênfase ao fato que, não apenas universitários que apresentam magreza ou excesso de peso possuem insatisfação com o seu próprio corpo, no estudo de Souza *et al.* (2020), estudantes eutróficos também apresentaram essa insatisfação e sintomas de TA, estando fortemente associado aos padrões estéticos impostos pela sociedade, além da influência de mídia neste aspecto (ASSIS; *et al.*, 2020).

Outro dado preocupante associado aos sintomas e risco de desenvolvimento de TA por alguns autores, é a distorção da imagem corporal (LIZOT; NICOLETTO, 2018; BARBOSA, *et al.*, 2022), o que reitera a necessidade de avaliação e monitorização deste público em específico, para detecção precoce dos sintomas de TA.

## **CONCLUSÕES:**

Os estudos analisados apresentam dados preocupantes sobre este grupo estudantil, que apresenta mais sintomas de TA segundo o EAT-26, estando associados ao seu acometimento o IMC elevado, maior percentual de gordura, insatisfação corporal e distorção de imagem das estudantes. Concluiu-se que acadêmicos de nutrição apresentam maior tendência ao desenvolvimento dos TA, quando comparados a estudantes de outros cursos.

## **REFERÊNCIAS:**

ALVARENGA, Marle dos Santos; SCAGLIUSI, Fernanda Baeza. Tratamento nutricional da bulimia nervosa. **Revista de Nutrição**, v. 23, p. 907-918, 2010.



BALOTTIN, Laura et al. Triadic interactions in families of adolescents with anorexia nervosa and families of adolescents with internalizing disorders. **Frontiers in psychology**, v. 7, p. 2046, 2017.

BARBOZA, Vitória Albani; CARTERI, Randhall Bruce Kreismann; COGHETTO, Chaline Caren. Avaliação do risco de desenvolvimento de transtornos alimentares em estudantes de nutrição de uma instituição de ensino superior de Cachoeirinha, RS. **ANAIS DA MOSTRA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DO CESUCA-ISSN 2317-5915**, n. 16, p. 671-682, 2022.

BIGHETTI, Felícia et al. Tradução e validação do Eating Attitudes Test em adolescentes do sexo feminino de Ribeirão Preto, São Paulo. **J. bras. Psiquiatr**, p. 339-346, 2004.

FIATES, Giovanna Medeiros Rataichesk; SALLES, Raquel Kuerten de. Risk factors in the development of eating disorders: study in a group of college women. **Revista de Nutrição**, v. 14, p. 3-6, 2001.

KIRSTEN, V. R; FRATTON, F; PORTA, N. B. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 22, n. 2, p. 219-227, mar./abr., 2009.

LANTYER, Monalisa Bezerra Vieira; PIETSCHMANN, Renata Eliza Barbosa; DA COSTA MAYNARD, Dayanne. Atletas de fisiculturismo: desenvolvimento de transtornos alimentares após competições. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 17, n. 102, p. 22-31, 2023.

OLIVEIRA, Pedro Leopoldo de et al. Insatisfação, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de cursos da saúde. **Jornal brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 216-220, 2017.

OLIVEIRA, Tatiane C. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. **Sigmae**, v. 8, n. 2, p. 771-778, 2019.

REIS, Aline Silva dos; SOARES, Luana Padua. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. **Rev. bras. ciênc. saúde**, p. 281-290, 2017.

SOUZA, Carmen Alvernaz; DE SOUZA, Elton Bicalho. Prevalência de insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares em alunos concluintes de nutrição. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade**,



**Nutrição e Emagrecimento**, v. 16, n. 100, p. 28-37, 2022.

**Fomento:** Programa Ânima de Iniciação Científica – Pró-Ciência.

