

FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

CAROLINE MACEDO CONEGUNDES DA SILVA NUNES
KAMILA NÓBREGA AYALA

**PREVALÊNCIA DA BULIMIA, ANOREXIA E ORTOREXIA
NERVOSA EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE**

VOLTA REDONDA – RJ

2022

FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**PREVALÊNCIA DA BULIMIA, ANOREXIA E ORTOREXIA
NERVOSA EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE**

Trabalho de Conclusão apresentado ao curso de Nutrição do Unifoa, como requisito à obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmicas: Caroline Macedo
Conegundes da Silva Nunes
Kamila Nóbrega Ayala

Orientador: Prof. Mestra Ivyna Spinola
Caetano Jordao

VOLTA REDONDA – RJ

2022

FICHA CATALOGRÁFICA

N972p Nunes, Caroline Macedo Conegundes da Silva
Prevalência da bulimia, anorexia e ortorexia nervosa em
acadêmicos da área da saúde. / Caroline Macedo Conegundes da
Silva Nunes; Kamila Nóbrega Ayala. – Volta Redonda: UniFOA, 2022.

32 p. II.

Orientador (a): Profa. Ivyna Spínola Caetano Jordão

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2022.

1. Nutrição - TCC. 2. Ortorexia nervosa. 3. Bulimia. 4. Anorexia. 5. Estudantes – transtornos alimentares. I. Jordão, Ivyna Spínola Caetano. II. Centro Universitário de Volta Redonda. III. Título.

CDD 613

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

PREVALÊNCIA DA BULIMIA, ANOREXIA E ORTOREXIA NERVOSA EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE

Elaborado por Caroline Macedo Conegundes da Silva Nunes e Kamila Nóbrega Ayala, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 21 de Novembro de 2022

Banca Avaliadora:

.....
Professor Orientador

Ivyna Spinola Caetano Jordao, Mestra, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Livia Pinto Heckert Bastos, Doutora, Centro Universitário de Volta Redonda

.....
Professor Avaliador

Miriam Salles Pereira, Mestra, Centro Universitário de Volta Redonda

Não há exemplo maior de dedicação do que o da nossa família. À minha querida família, que tanto admiro, dedico o resultado do esforço realizado ao longo deste percurso. E a todo o curso de nutrição do UNIFOA, corpo docente e discente, a quem fico lisonjeado por dele ter feito parte.

Caroline Macedo Conegundes da Silva Nunes

Dedico este trabalho, com muito amor e gratidão à minha mãe Cássia. Mulher lutadora e forte, que não mediu esforços para lutar por minha educação. Ao meu Pai Ricardo (in memoriam), que infelizmente não pode estar presente neste momento tão importante da minha vida.

Kamila Nóbrega Ayala

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que fez com que meus objetivos fossem alcançados, durante todos esses anos de estudos, à minha família pelo apoio que sempre me deram durante toda a minha vida e ao longo do meu percurso acadêmico, principalmente ao meu marido, Pablo que acreditou em mim e fez com que esse sonho de realizar uma faculdade fosse possível.

A todos os professores do meu curso em especial a minha orientadora Ivyna Spinola pelo empenho e ajuda dedicados ao meu trabalho.

Agradeço ainda aos meus amigos e colegas de curso que ao longo desta etapa me encorajaram e me apoiaram, fazendo com que esta fosse uma das melhores fases da minha vida.

Caroline Macedo Conegundes da Silva Nunes

Primeiramente agradeço a Deus por ter me fortalecido ao ponto de superar as dificuldades e alcançar essa grande meta da minha vida.

Agradeço a minha mãe que sempre esteve do meu lado e que sem a educação, incentivo e esforço, provavelmente eu não teria oportunidade de estar realizando este sonho.

A todos os amigos, familiares, colegas de curso e todas as outras pessoas que de uma forma ou outra estiveram envolvidas, dando forças e apoio para que continuasse, mesmo nos momentos mais difíceis.

Toda minha gratidão ao corpo docente e em especial à professora orientadora Ivyna Spinola que foi muito importante no processo desenvolvimento deste trabalho.

Kamila Nóbrega Ayala

RESUMO

Universitários dos cursos de Educação Física, Medicina e Nutrição podem ser considerados um grupo de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares e Ortorexia nervosa. A maioria dos profissionais ligados nessas áreas possuem intensa preocupação em relação ao seu bem-estar e por muitas vezes se autocriticam em relação a sua imagem e ao corpo. Mediante a isto, o presente trabalho teve o objetivo de analisar a frequência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa entre os estudantes de Educação Física, Medicina e Nutrição por meio de métodos que serão aplicados através dos questionários: *Eating Attitudes Test-26* (EAT-26), ORTO-15 e o próprio da pesquisa com perguntas referentes ao comportamento alimentar e percepção corporal. Além disso, a coleta de dados desta pesquisa foi realizada por via online na plataforma *Google Forms*. Foram analisadas 29 graduandas do sexo feminino, (n=7) curso de Ed. Física, (n=6) curso de Medicina e (n=16) curso de Nutrição. Quanto a idade, tinham média de 33,5 anos (18-49), em relação ao peso, a média de 72,5kg (48kg-97kg) e na altura, média de 1,63m (1,49m-1,78m). De acordo com o EAT-26, 28% das estudantes apresentaram comportamentos de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares. Quanto ao ORTO-15, 76% sinalizaram comportamentos de risco para ortorexia nervosa. No questionário para avaliação do perfil e comportamento alimentar, indicou uma maior frequência nas respostas SIM, informando que houve a influência do curso no seu padrão alimentar e corporal. Conclui-se que a maioria das estudantes não apresentaram risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, segundo o EAT. No entanto, foi observado um grande percentual de alunas com comportamentos de risco para Ortorexia Nervosa, quando avaliadas pela ORTO-15. Além disso, verificou-se que houve influência do curso no perfil e comportamento alimentar das graduandas, segundo o questionário realizado pelas pesquisadoras. Porém são necessários mais estudos para avaliar a prevalência de Transtornos Alimentares e Ortorexia Nervosa em acadêmicas da saúde, visto que foi pequeno o número de participantes nesta pesquisa. Assim, vale ressaltar a importância do profissional Nutricionista no diagnóstico e tratamento de transtorno alimentar e ortorexia nervosa.

Palavras chaves: Ortorexia nervosa; bulimia e anorexia; estudantes e transtornos alimentares.

ABSTRAT

Undergraduate students of Physical Education, Medicine, and Nutrition may be considered a risk group for the development of eating disorders and orthorexia nervosa.

Most professionals in these areas are intensely concerned about their well-being and often self-criticize themselves in relation to their image and body. In view of this, this study aimed to analyze the frequency of eating disorders and orthorexia nervosa among students of Physical Education, Medicine and Nutrition through methods that will be applied through questionnaires: Eating Attitudes Test-26 (EAT-26), ORTO-15 and the survey itself with questions about eating behavior and body perception. In addition, data collection for this research was done online using the Google Forms platform. Twenty-nine female undergraduate students were analyzed, (n=7) from Physical Education, (n=6) from medicine and (n=16) from Nutrition. Regarding age, they had an average of 33.5 years (18-49), weight, average of 72.5kg (48kg-97kg) and height, average of 1.63m (1.49m-1.78m). According to the EAT-26, 28% of the students presented risk behaviors for the development of Eating Disorders. As for the ORTO-15, 76% signaled risk behaviors for orthorexia nervosa. In the questionnaire to evaluate the profile and eating behavior, it indicated a higher frequency in the YES answers, reporting that there was an influence of the course in their eating and body pattern. We conclude that most students were not at risk for developing eating disorders according to the TSS. However, a large percentage of students with risk behaviors for Orthorexia Nervosa were observed when assessed by the ORTO-15. Moreover, it was found that there was an influence of the course on the profile and eating behavior of undergraduate students, according to the questionnaire conducted by the researchers. However, further studies are needed to assess the prevalence of eating disorders and orthorexia nervosa in health students, since the number of participants in this research was small. Thus, it is worth emphasizing the importance of the Nutritionist professional in the diagnosis and treatment of eating disorders and orthorexia nervosa.

Key words: Orthorexia nervosa; bulimia and anorexia; students and eating disorders.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ON – Ortorexia Nervosa

BN – Bulimia Nervosa

AN – Anorexia Nervosa

EAT- Eating attitudes test-26

TA- Transtorno Alimentar

TCLE- Termo de Consentimento Livre Esclarecido

CAAE- Certificado de Apresentação e Apreciação Ética

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO | 1 |
| 2 MATERIAIS E MÉTODOS..... | 2 |
| 3 RESULTADOS E DISCURSSÕES..... | 4 |
| 4 CONCLUSÃO..... | 8 |
| REFERÊNCIAS | 9 |
| ANEXO A – EATING ATTITUDES TEST-26..... | 11 |
| ANEXO B – ORTO -15..... | 15 |
| APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO DO PERFIL E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR..... | 19 |

LISTA DE TABELAS E FIGURAS

| | |
|---|---|
| TABELA 1 - Resultados referentes aos questionários EAT e ORTO-15..... | 5 |
| FIGURA 1 - Distribuição percentual da amostra segundo a influência do curso no comportamento alimentar..... | 6 |
| FIGURA 2 - Distribuição percentual segundo a percepção da mudança no padrão alimentar..... | 7 |
| FIGURA 3 - Distribuição percentual segundo a presença de aumento da preocupação com a forma corporal após a entrada no curso..... | 7 |
| FIGURA 4 - Distribuição percentual segundo opinião pessoal sobre a necessidade de um corpo magro para a atuação no curso..... | 7 |
| FIGURA 5 - Distribuição percentual segundo a percepção de uma maior preocupação com a alimentação após a entrada no curso..... | 7 |
| FIGURA 6 - Distribuição segundo a percepção de uma maior preocupação com a quantidades de calorias ingeridas após a entrada..... | 8 |
| FIGURA 7 - Distribuição percentual segundo a percepção da necessidade de perda de peso após a entrada no curso..... | 8 |

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são transtornos mentais, que causam diversos prejuízos ao indivíduo. Eles têm uma etiologia multifatorial a qual é determinada por aspectos socioculturais, vulnerabilidades biológicas e psicológicas (LARINO *et al.*, 2000; OZIER; HENRY, 2011). Os mais comuns são a anorexia e a bulimia nervosa que são caracterizados pela dificuldade no tratamento e pelos danos causados à saúde. Já a ortorexia nervosa, tem sido observada na literatura como um hábito obsessivo patológico e não como um transtorno alimentar (MARTINS *et al.*, 2011).

A anorexia nervosa é caracterizada como uma recusa do indivíduo da ingestão calórica, levando ao baixo percentual de gordura, medo intenso de ganhar peso ou de engordar, preocupação obsessiva com o peso e distorção da imagem corporal. É acompanhada do abuso em dietas/jejuns, prática de exercícios físicos exagerados e pode ocorrer o uso de diuréticos, laxantes e vômitos autoinduzidos (APA, 2013).

A bulimia nervosa é definida por recorrentes episódios de compulsão alimentar no qual o indivíduo se sente incapaz de controlar a quantidade ingerida, após essa ingestão desregulada manifesta-se o comportamento compensatório para evitar o ganho de peso, tais como dietas restritivas, indução de vômitos, jejuns prolongados, práticas de exercícios físicos, laxantes e diuréticos. É possível analisar que na bulimia o indivíduo se encontra com o peso adequado ou acima do peso, enquanto na anorexia, se encontra com baixo peso e magreza excessiva (ABREU; CANGELLI FILHO, 2004).

Por sua vez, a Ortorexia Nervosa (ON) tem como característica principal o comportamento obsessivo pelo alimento biologicamente puro, sem corantes, conservantes, pesticidas, ingredientes transgênicos, gorduras menos saudáveis, sal e açúcar. Resultando assim na preocupação excessiva com a qualidade dos alimentos, sua origem e o modo de preparo (PENAFORTE *et al.*, 2018).

Na ON os indivíduos estão preocupados com a qualidade do alimento e sua origem, diferenciando-se assim dos comportamentos de indivíduos

anoréxicos e bulímicos, que têm sua preocupação com a quantidade de alimento ingerido e com a imagem corporal (SOUZA; RODRIGUES, 2014).

Observa-se na literatura uma alta prevalência de transtornos alimentares em estudantes da área da saúde, como medicina, nutrição, educação física e atletas, nos quais os aspectos da forma física são relevantes. A busca pelo corpo saudável é uma justificativa para a escolha de cursos voltados para a área da saúde por parte de milhares estudantes, uma vez que essas áreas demandam grande carga horária de estudos e pressões por bom desempenho.

Com isso, há uma relação desequilibrada com o corpo que pode resultar em casos de transtornos alimentares, bem como de ON em diversos discentes. Outro motivo para prevalência de casos de TA e ON, seria o conhecimento sobre a importância da alimentação saudável ao qual os discentes têm acesso durante o curso, pois essa busca constante pela saúde perfeita e a preocupação com o corpo podem constituir fatores de risco (PIRES et al., 2010; SILVA *et al.*, 2012).

Diante disso, o objetivo do presente estudo foi analisar a frequência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa entre os estudantes de Educação Física, Medicina e Nutrição.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa foi realizada nos meses de setembro a outubro de 2022 com mulheres adultas acadêmicas com idade superior a 18 anos.

O recrutamento das participantes foi feito pessoalmente nos cursos de Ed. Física, Medicina e Nutrição. As participantes foram esclarecidas sobre a pesquisa e, havendo o interesse de participar, foi solicitado o celular ou e-mail para o envio do link da pesquisa, com o total comprometimento das pesquisadoras em manter o sigilo das informações. Os questionários foram aplicados via *Google Forms* e toda coleta de informação foi feita online.

A participação ocorreu de forma voluntária após a concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário de Volta Redonda – UniFOA, sob o número 58871722.0.00005237 (CAAE).

Com o objetivo de identificar os comportamentos de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares (TA) e Ortorexia Nervosa (ON) foram

aplicados três questionários: O questionário *Eating Attitudes Test - 26* (ANEXO A) (BIGHETTI et al., 2004; NUNES et al., 2005) que é composto por 26 questões do tipo escala *Likert* (sempre = 3; muitas vezes = 2; às vezes = 1; poucas vezes, quase nunca, nunca = 0). Apenas a questão 26 apresenta pontuação invertida: 0 = sempre, muito frequentemente e frequentemente; 1 = às vezes; 2 = raramente; 3 = nunca.

As questões são agrupadas em três escalas: 1) Escala da Dieta, que demonstra uma recusa patológica a comidas de alto valor calórico e preocupação intensa com a forma corporal, esta compreende as questões 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24 e 25; 2) Escala de Bulimia e preocupação com os alimentos, que trata de episódios de investigação compulsiva dos alimentos, seguidos de vômitos e outros comportamentos para evitar o ganho ponderal, está definida pelas questões 3, 4, 9, 18, 21 e 26 por fim. 3) Escala de Controle Oral que reflete o alto controle em relação aos alimentos e reconhece forças sociais no ambiente que estimulam a ingestão alimentar, esta é composta pelas questões 2, 5, 8, 13, 15, 19 e 20.

Para interpretação dos resultados temos os seguintes pontos de corte: se ≥ 20 pontos revela um resultado *EAT* positivo (*EAT+*), ou seja, comportamento de risco para TA; se < 20 pontos demonstra um resultado *EAT* negativo (*EAT-*), ou seja, sem comportamento de risco para TA. Para avaliar os comportamentos de risco para ortorexia nervosa foi o questionário – ORTO-15 – (ANEXO B), composto por 15 questões que avaliam atitudes em relação à seleção, aquisição, preparo e consumo de alimentos.

Cada questão apresenta quatro opções de resposta (sempre, muitas vezes, algumas vezes, nunca). A pontuação total do questionário é de, no mínimo, 15 e, no máximo, 60 pontos. Pontuações abaixo de 40 pontos sinalizam comportamentos com tendência à ON. Foi elaborado um questionário com base a fim de caracterizar o perfil das participantes e os comportamentos alimentares (APÊNDICE – A) contendo 6 questões que aborde a influência do curso sobre sua percepção corporal e hábitos alimentares.

As variáveis contínuas foram apresentadas como médias e como frequências absoluta e relativa (%).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da pesquisa 32 estudantes do sexo feminino. Destas, 3 foram excluídas por ausência de respostas. Dessa forma, a amostra final do estudo apresentou 29 graduandas em que a média da idade foi de 33,5 anos (18-49 anos). Com relação ao peso a média foi 72,5kg (48-97kg). Já em relação à altura, a média foi 1,63m (1,49-1,78m).

As alunas que responderam à pesquisa foram divididas por curso: Ed. Física (n=7), Medicina (n=6) e Nutrição (n=16). Os períodos foram divididos por: Ed. Física que obtiveram alunas do 3º e do 6º período, enquanto no curso de Medicina contaram com alunas do 2º, 3º e 7º período. E por último, o curso de Nutrição com alunas do 5º, 6º, 7º e 8º período.

No questionário EAT-26, os dados apontaram que 43% (n=3) alunas do curso de Ed. Física apresentaram comportamento de risco para transtornos alimentares e 57% (n=4) alunas não apresentaram tais comportamentos. Na Medicina, foram 33% (n=2) alunas que apresentaram e 67% (n=4) que não apresentaram. Já na Nutrição, 19% (n=3) apresentaram e 81% (n=13) não.

Isso pode ser observado por meio avaliado pela pontuação que descreve ≥ 20 pontos revela um resultado *EAT* positivo, isto é, comportamento de risco para TA. Se < 20 pontos comprova um resultado *EAT* negativo, ou seja, sem comportamento de risco para TA.

Ao analisar o ORTO-15, verificou-se que 71% (n=5) acadêmicas do curso de Ed. Física, demonstraram comportamentos com tendência à Ortorexia Nervosa, enquanto 29% (n=2) não mostraram esses comportamentos. Em medicina verificou-se que 83% (n=5) têm a tendência e 17% (n=1) não tem. E por último na Nutrição, 75% (n=12) tiveram esses comportamentos e 25% (n=4) não.

Esses resultados são obtidos através de pontuações abaixo de 40 pontos que apontam comportamentos com tendência à ON.

Verifica-se então, na tabela 1 abaixo:

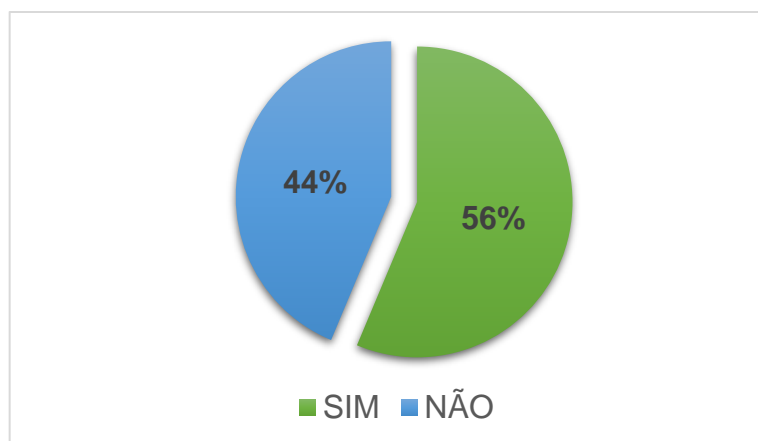
Tabela 1: Resultados referentes aos questionários EAT e ORTO-15

| Variáveis | ED. FÍSICA (n=7) | | MEDICINA (n=6) | | NUTRIÇÃO (n=16) | | TOTAL (n=29) | |
|----------------|------------------|----|----------------|----|-----------------|----|--------------|----|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| EAT | | | | | | | | |
| positivo | 3 | 43 | 2 | 33 | 3 | 19 | 8 | 28 |
| negativo | 4 | 57 | 4 | 67 | 13 | 81 | 21 | 72 |
| ORTO 15 | | | | | | | | |
| positivo | 5 | 71 | 5 | 83 | 12 | 75 | 22 | 76 |
| negativo | 2 | 29 | 1 | 17 | 4 | 25 | 7 | 2 |

Fonte: próprias autoras, 2022.

O questionário realizado para avaliação do perfil e comportamento alimentar, demonstrou que houve uma maior frequência nas respostas SIM e menor frequência nas respostas NÃO, indicando que houve influência do curso no perfil e comportamento alimentar das estudantes avaliadas. Conforme demonstra a figura 2 abaixo:

Figura 1: Distribuição percentual da amostra segundo a influência do curso no comportamento alimentar



Fonte: Autoras próprias, 2022.

Quando perguntado as estudantes sobre sua alimentação, percebeu-se que a maior parte das alunas afirmaram que houve uma mudança e preocupação, conforme as figuras 2 e 5. Acredita-se que essa mudança de conduta frente à alimentação e a inquietação se deva aos fatos de diversos gatilhos mentais que podem ser

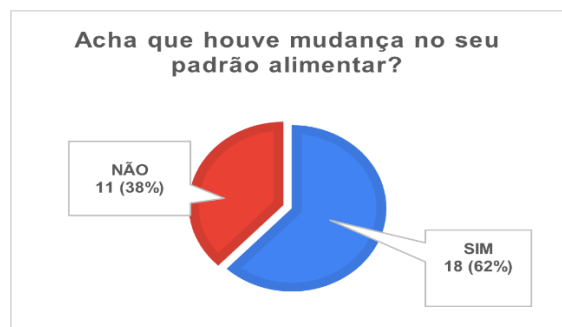
ocasionados pela busca pelo corpo perfeito, pressão das mídias, relação da comida com o indivíduo e obsessão pelo sucesso profissional promovendo assim, uma maior importância na escolha de seus hábitos alimentares (MAYARA, 2021).

Na parte da percepção corporal, nas figuras 3 e 7 verificou-se que a maioria das pessoas se preocupam mais com a sua aparência física do que seu intelecto, ou seja, para classificar um bom profissional na área da saúde é necessário que esteja dentro dos padrões físicos que a sociedade impõe ao indivíduo, para nomear como um bom ser humano capacitado nos sistemas de qualificação do seu curso (FREITAS *et al.*, 2010 p.737).

Nas figuras 4 e 6, analisou-se que grande parte das alunas responderam que não acham necessário ter um físico magro para atuar em seu curso e que não se importam com a quantidade de calorias ingeridas.

Verifica-se então que o comportamento alimentar e percepção corporal podem estar relacionando ao curso em que o aluno está matriculado.

Figura 2: Distribuição percentual segundo a percepção da mudança no padrão alimentar.



Fonte: Autoras próprias, 2022.

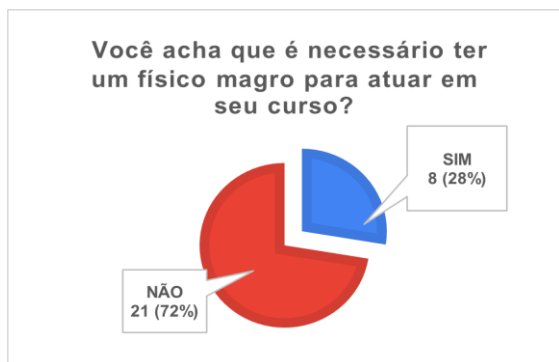
Figura 3: Distribuição percentual segundo a presença de aumento da preocupação com a forma corporal após a entrada no curso.



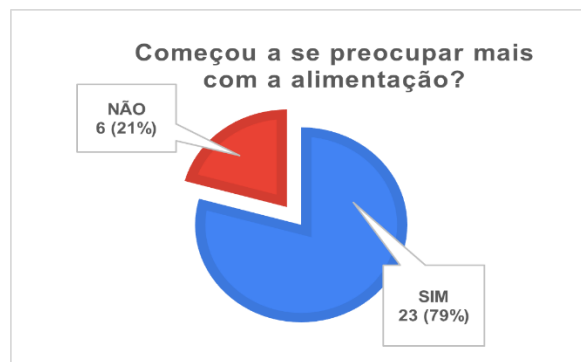
Fonte: Autoras próprias, 2022.

Figura 4: Distribuição percentual segundo opinião pessoal sobre a necessidade de um corpo magro para a atuação no curso.

Figura 5: Distribuição percentual segundo a percepção de uma maior preocupação com a alimentação após a entrada no curso.



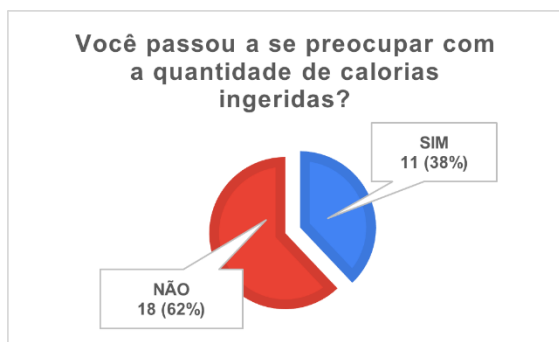
Fonte: Autoras próprias, 2022.



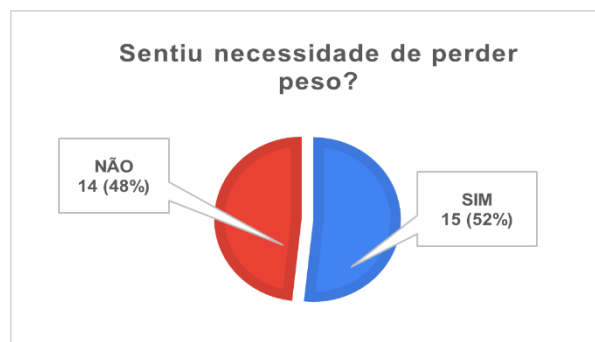
Fonte: Autoras próprias, 2022.

Figura 6: Distribuição segundo a percepção de uma maior preocupação com a quantidade de calorias ingeridas após a entrada.

Figura 7: Distribuição percentual segundo a percepção da necessidade de perda de peso após a entrada no curso.



Fonte: Autoras próprias, 2022.



Fonte: Autoras próprias, 2022.

Sobre a presença de risco para desenvolver TA no curso de Nutrição, encontramos resultados similares com o estudo de Silva e Weber (2021) realizado com 22 acadêmicas de Nutrição apontando que, 63,6% (n=14) das acadêmicas não apresentavam risco para desenvolver transtornos alimentares. Já 36,4% (n=8) apresentavam atitudes de risco para desenvolver TA.

Em um estudo realizado por Lucareli et al. (2021), verificaram a prevalência de transtornos alimentares em alunas da área da saúde, mostrando que 59% (22) das participantes indicaram fatores de risco para TA e 41% (15)

não apresentaram. Sendo uma parte dos cursos citados nesta pesquisa, os cursos de Nutrição e Ed. Física.

Em outro estudo que foi realizado, das 468 alunas, 93 (19,9%) apresentaram possível transtorno alimentar, sendo 53 (21,7%) no curso de Medicina e 18 (13,9%) no curso de Nutrição, em relação à distribuição do EAT com risco para transtorno alimentar (CAMARGO, 2008).

Em uma pesquisa realizada com 150 universitárias do curso de Nutrição, foi observado que 88,7% (n = 133) das alunas apresentaram comportamento de risco para ortorexia nervosa (SOUZA; RODRIGUES, 2014).

Analisou-se que os resultados da literatura foram semelhantes à pesquisa.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que a maioria das estudantes não apresentaram risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, segundo o EAT. No entanto, foi observado um grande percentual de alunas com comportamentos de risco para Ortorexia Nervosa, quando avaliadas pela ORTO-15. Além disso, verificou-se que houve influência do curso no perfil e comportamento alimentar das graduandas, segundo o questionário realizado pelas pesquisadoras.

Em síntese, o curso de Nutrição da UNIFOA apresentou maior dados em relação aos outros cursos, o que gerou uma maior tendência de adotar comportamentos alimentares diferentes, associando a um risco para transtornos alimentares.

Porém são necessários mais estudos para avaliar a prevalência de Transtornos Alimentares e Ortorexia Nervosa em acadêmicas da saúde, visto que foi pequeno o número de participantes nesta pesquisa.

Assim, vale ressaltar a importância do profissional Nutricionista no diagnóstico e tratamento de TA e ON.

REFERÊNCIAS

Abreu, C. N. de, & Cangelli Filho, R. (2004). Anorexia nervosa e bulimia nervosa: abordagem cognitivo-constructivista de psicoterapia. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 31(4), 177–183. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832004000400010>.

CAMARGO, Érica Luciana Bernardes. Prevalência e fatores associados a comportamentos sugestivos de transtornos alimentares entre estudantes de Medicina, Enfermagem e Nutrição. 2008. Dissertação (Mestrado em Medicina) - Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Medicina de Botucatu, [S. l.], 2008. Disponível em: https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/98471/camargo_elb_me_botfm.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

FREITAS, C. M. S. M.; LIMA, R. B. T.; COSTA, A. S. et al. O padrão de beleza corporal sobre o corpo feminino mediante o IMC. *Revista Brasil*, v. 24, n. 3, p. 389-404, 2010

Larino, M., Kjäll, L., Bergh, C., Malet, L., aba Zandian, M., & Iafet, I. (2000). *Adolescent-onset anorexia nervosa*. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais [recurso eletrônico] : DSM-5 / [American Psychiatric Association ; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: Artmed, 2014.

LUCARELI, Victor Henrique Pacheco et al. Prevalência de transtornos alimentares em alunas da área de saúde. *Revista Científica UNIFAGOC*, [s. l.], 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/milaa/Desktop/LUCARELLI.pdf>.

Martins, M. C. T., Alvarenga, M. dos S., Vargas, S. V. A., Sato, K. S. C. de J., & Scagliusi, F. B. (2011). Ortorexia nervosa: reflexões sobre um novo conceito. *Revista de Nutrição*, 24(2), 345–357. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732011000200015>
Ozier, A. D., & Henry, B. W. (2011).

MAYARA, Jéssica. Transtornos alimentares: relação deturpada com a comida e o espelho: Especialistas alertam para os riscos dos distúrbios e destacam a importância de tratamentos adequados e da não problematização do transtorno. *Saúde e Bem viver*, Estado de Minas, p. 1, 2 jun. 2021. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/bem-viver/2021/06/02/interna_bem_viver,1272900/transtornos-alimentares-relacao-deturpada-com-a-comida-e-o-espelho.shtml.

Penaforte, F. R. O., Barroso, S. M., Araujo, M. E., & Japur, C. C. (2018). Orthorexia nervosa in nutrition students: Association with nutritional status, body satisfaction and coursed period. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67(1), 18–24. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000179>

Pires, R., Pinto, J., Santos, G., Santos, S., Zraik, H., Torres, L., Ramos, M., & Rastreamento, R. M. (2010). São Paulo). In *Rev Med* (Vol. 89, Issue 2).

Position of the American Dietetic Association: Nutrition Intervention in the Treatment of Eating Disorders. *Journal of the American Dietetic Association*, 111(8), 1236–1241. <https://doi.org/10.1016/j.jada.2011.06.016>

Silva, J. D., Silva, A. B. de J., Oliveira, A. V. K. de, & Nemer, A. S. de A. (2012). Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(12), 3399–3406. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012001200024>

SILVA, Jéssica da Silveira Jaques da; WEBER, Maria Helena. Risco de transtornos alimentares em universitárias de Nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, [s. l.], jan/dez 2021. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1511/1202>.

Souza, Q. J. O. V. de, & Rodrigues, A. M. (2014). Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 63(3), 200–204. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000026>

ANEXO A – EATING ATTITUDES TEST-26

Eating Attitudes Test - 26 (EAT-26)

Olá. Somos Caroline Conegundes e Kamila Ayala, estudantes do 8º período do Curso de Graduação em Nutrição do UniFOA. Convidamos-te a participar de uma pesquisa que tem por objetivo analisar o impacto dos cursos da área da saúde sobre a incidência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa nos acadêmicos.

Deixamos aqui nossos contatos para quaisquer dúvidas e suporte: (24) 999836173/ (24) 999090255 ou pelo e-mail: carolconegundes@gmail.com/ayala.kamila04@gmail.com

A seguir, disponibilizamos o Termo de Consentimento Livre e esclarecido. Por favor, leia com atenção.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)
Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos – CoEPS/UniFOA

1- Identificação do responsável pela execução da pesquisa:

Título do Projeto: Prevalência da bulimia, anorexia e ortorexia nervosa em acadêmicos da área da saúde.

Coordenador do Projeto: Ivyna Spinola Caetano Jordao

Telefones de contato do Coordenador do Projeto: (24) 998120771

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa: Av. Paulo Erlei Alves Abrantes, n.º 1.325, Bairro Três Poços, Volta Redonda – RJ. Cep: 27240-560. Telefone Comitê de Ética em Pesquisa: (24) 3340-8400 Ramal 8571

2- Informações à participante:

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que tem como objetivo analisar a frequência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa entre os estudantes de Educação Física, Medicina e Nutrição.

Antes de aceitar participar da pesquisa, leia atentamente as explicações abaixo que informam sobre o procedimento:

- Preencher os questionários com atenção.
- Você poderá recusar a participar da pesquisa e poderá abandonar o procedimento em qualquer momento, sem nenhuma penalização ou prejuízo. Durante o procedimento de preenchimento dos questionários, você poderá recusar a responder qualquer pergunta que porventura lhe causar algum constrangimento.
- A sua participação como voluntário, não auferirá nenhum privilégio, seja ele de caráter financeiro ou de qualquer natureza, podendo se retirar do projeto em qualquer momento sem prejuízo.
- A sua participação poderá envolver os seguintes riscos: constrangimento ao responder as perguntas.
- Serão garantidos o sigilo e privacidade, sendo reservado ao participante o direito de omissão de sua identificação ou de dados que possam comprometer-lo.
- Na apresentação dos resultados não serão citados os nomes dos participantes.

1. Ao assinalar a opção "concordo" abaixo, afirmo concordar em participar desta pesquisa e que estou ciente deste termo, portanto dou meu consentimento ao mesmo.

Marcar apenas uma oval.

Concordo.

Não concordo.

2. Analise as afirmações e marque a opção que melhor lhe represente.

Marcar apenas uma oval por linha.

| | Sempre | Muitas vezes | Às vezes | Poucas vezes | Quase nunca | Nunca |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Fico apavorada com a ideia de estar engordando. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Evito comer quando estou com fome | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto-me preocupada com os alimentos. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Continuar a comer em exagero faz com que eu sinta que não sou capaz de parar. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Corto os meus alimentos em pequenos pedaços. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Presto atenção à quantidade de calorias dos alimentos que eu como. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Evito, particularmente, os alimentos ricos em carboidratos (ex. pão, arroz, batatas, etc.) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto que os outros gostariam que eu comesse mais. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vomito depois de comer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto-me extremamente culpada depois de comer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Preocupo-me com o desejo de ser mais magra | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Penso em queimar calorias a mais quando me exercito. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| As pessoas me acham muito magra. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | | | | | | |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Preocupo-me com a ideia de haver gorduras em meu corpo. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Demoro mais tempo para fazer minhas refeições do que as outras pessoas. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Evito comer alimentos que contenham açúcar. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Costumo comer alimentos dietéticos. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto que os alimentos controlam minha vida. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Demonstro autocontrole diante dos alimentos. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto que os outros me pressionam para comer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Passo muito tempo pensando em comer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto desconforto após comer doces. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Faço regimes para emagrecer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gosto de sentir meu estômago vazio. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gosto de experimentar novos alimentos ricos em calorias. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Sinto vontade de vomitar após as refeições. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários

ANEXO B – ORTO -15

ORTO-15

Olá. Somos Caroline Conegundes e Kamila Ayala, estudantes do 8º período do Curso de Graduação em Nutrição do UniFOA. Convidamos-te a participar de uma pesquisa que tem por objetivo analisar o impacto dos cursos da área da saúde sobre a incidência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa nos acadêmicos.

Deixamos aqui nossos contatos para quaisquer dúvidas e suporte: (24) 999836173/ (24) 999090255 ou pelo e- mail: carolconegundes@gmail.com/ayala.kamila04@gmail.com

A seguir, disponibilizamos o Termo de Consentimento Livre e esclarecido. Por favor, leia com atenção.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)
Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos – CoEPS/UniFOA

1- Identificação do responsável pela execução da pesquisa:

Título do Projeto: Prevalência da bulimia, anorexia e ortorexia nervosa em acadêmicos da área da saúde.

Coordenador do Projeto: Ivyna Spinola Caetano Jordao

Telefones de contato do Coordenador do Projeto: (24) 998120771

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa: Av. Paulo Erlei Alves Abrantes, n.º 1.325, Bairro Três Poços, Volta Redonda – RJ. Cep: 27240-560. Telefone Comitê de Ética em Pesquisa: (24) 3340-8400 Ramal 8571

2- Informações à participante:

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que tem como objetivo analisar a frequência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa entre os estudantes de Educação Física, Medicina e Nutrição.

Antes de aceitar participar da pesquisa, leia atentamente as explicações abaixo que informam sobre o procedimento:

- Preencher os questionários com atenção.
- Você poderá recusar a participar da pesquisa e poderá abandonar o procedimento em qualquer momento, sem nenhuma penalização ou prejuízo. Durante o procedimento de preenchimento dos questionários, você poderá recusar a responder qualquer pergunta que por ventura lhe causar algum constrangimento.
- A sua participação como voluntário, não auferirá nenhum privilégio, seja ele de caráter financeiro ou de qualquer natureza, podendo se retirar do projeto em qualquer momento sem prejuízo.
- A sua participação poderá envolver os seguintes riscos: constrangimento ao responder as perguntas.
- Serão garantidos o sigilo e privacidade, sendo reservado ao participante o direito de omissão de sua identificação ou de dados que possam comprometer-lo.
- Na apresentação dos resultados não serão citados os nomes dos participantes.

1. Ao assinalar a opção "concordo" abaixo, afirmo concordar em participar desta pesquisa e que estou ciente deste termo, portanto dou meu consentimento ao mesmo. *

Concordo

Não concordo

| Marcar com um X a alternativa que melhor corresponde ao seu comportamento em relação à comida | Sempre | Muitas vezes | Algumas vezes | Nunca |
|---|---------------|---------------------|----------------------|--------------|
| 1. Você fica atento(a) às calorias dos alimentos quando come? | | | | |
| 2. Quando você vai a um mercado de alimentos, se sente confuso a respeito do que deve comprar? | | | | |
| 3. Nos últimos três meses, pensar sobre sua alimentação tem sido uma preocupação? | | | | |
| 4. As suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde? | | | | |
| 5. O sabor é a qualidade mais importante que você leva em consideração ao escolher um alimento? | | | | |
| 6. Normalmente, você se dispõe a pagar mais por alimentos saudáveis? | | | | |
| 7. A preocupação com alimentação saudável toma mais de três horas do seu dia? | | | | |
| 8. Você se permite alguma quebra da sua rotina alimentar? | | | | |
| 9. Para você, o seu humor influencia o seu comportamento alimentar? | | | | |
| 10. Você acredita que a convicção de se alimentar saudavelmente aumenta sua autoestima? | | | | |
| 11. Você acha que o consumo de alimentos saudáveis modifica seu estilo de vida (ida a restaurantes, amigos...)? | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 12. Você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico? | | | | |
| 13. Sente-se culpado(a) quando sai da sua rotina alimentar? | | | | |
| 14. Você pensa que no mercado existem alimentos não saudáveis? | | | | |
| 15. Ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta? | | | | |

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO PARA AVALIAÇÃO DO PERFIL E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR.

Questionário para avaliação do perfil e o comportamento alimentar.

Olá. Somos Caroline Conegundes e Kamila Ayala, estudantes do 8º período do Curso de Graduação em Nutrição do UniFOA. Convidamos-te a participar de uma pesquisa que tem por objetivo analisar o impacto dos cursos da área da saúde sobre a incidência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa nos acadêmicos.

Deixamos aqui nossos contatos para quaisquer dúvidas e suporte: (24) 999836173/ (24) 999090255 ou pelo e-mail: carolconegundes@gmail.com/ayala.kamila04@gmail.com

A seguir, disponibilizamos o Termo de Consentimento Livre e esclarecido. Por favor, leia com atenção.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)
Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos – CoEPS/UniFOA

1- Identificação do responsável pela execução da pesquisa:

Título do Projeto: Prevalência da bulimia, anorexia e ortorexia nervosa em acadêmicos da área da saúde.

Coordenador do Projeto: Ivyna Spinola Caetano Jordao

Telefones de contato do Coordenador do Projeto: (24) 998120771

Endereço do Comitê de Ética em Pesquisa: Av. Paulo Erlei Alves Abrantes, n.º 1.325, Bairro Três Poços, Volta Redonda – RJ. Cep: 27240-560. Telefone Comitê de Ética em Pesquisa: (24) 3340-8400 Ramal 8571

2- Informações à participante:

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa que tem como objetivo analisar a frequência de transtornos alimentares e ortorexia nervosa entre os estudantes de Educação Física, Medicina e Nutrição.

Antes de aceitar participar da pesquisa, leia atentamente as explicações abaixo que informam sobre o procedimento:

- Preencher os questionários com atenção.
- Você poderá recusar a participar da pesquisa e poderá abandonar o procedimento em qualquer momento, sem nenhuma penalização ou prejuízo. Durante o procedimento de preenchimento dos questionários, você poderá recusar a responder qualquer pergunta que porventura lhe causar algum constrangimento.
- A sua participação como voluntário, não auferirá nenhum privilégio, seja ele de caráter financeiro ou de qualquer natureza, podendo se retirar do projeto em qualquer momento sem prejuízo.
- A sua participação poderá envolver os seguintes riscos: constrangimento ao responder as perguntas.
- Serão garantidos o sigilo e privacidade, sendo reservado ao participante o direito de omissão de sua identificação ou de dados que possam comprometer-lo.
- Na apresentação dos resultados não serão citados os nomes dos participantes.

1. Ao assinalar a opção "concordo" abaixo, afirmo concordar em participar desta pesquisa e que estou ciente deste termo, portanto dou meu consentimento ao mesmo.

Concordo

Não concordo

1. Acha que houve mudança no seu padrão alimentar?

Sim

Não

2. A preocupação com a forma corporal aumentou?

Sim

Não

3. Você acha que é necessário ter um físico magro para atuar em seu curso?

Sim

Não

4. Começou a se preocupar mais com a alimentação?

Sim

Não

5. Você passou a se preocupar com a quantidade de calorias ingeridas?

Sim

Não

6. Sentiu necessidade de perder peso?

Sim

Não