

## Comportamento alimentar, autopercepção corporal e estado nutricional de graduandas em nutrição

Eating behavior, body self-perception and nutritional status of nutrition students

Conducta alimentaria, autopercepción corporal y estado nutricional de estudiantes de nutrición

Recebido: 23/09/2022 | Revisado: 27/10/2022 | Aceitado: 01/11/2022 | Publicado: 06/11/2022

**Michely Cristhian de Carvalho**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4180-596X>  
Universidade Federal do Piauí, Brasil  
E-mail: [michely.cc@gmail.com](mailto:michely.cc@gmail.com)

**Andrea Gomes Santana de Melo**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6536-2254>  
Universidade Federal do Piauí, Brasil  
E-mail: [andreagomes@ufpi.edu.br](mailto:andreagomes@ufpi.edu.br)

**Lais Lima de Castro Abreu**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6909-6774>  
Universidade Federal do Piauí, Brasil  
E-mail: [lais.castro123@ufpi.edu.br](mailto:lais.castro123@ufpi.edu.br)

**Neide Sheyla de Melo Araújo**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9787-4967>  
Universidade de Fortaleza, Brasil  
E-mail: [neidesmaraujo@hotmail.com](mailto:neidesmaraujo@hotmail.com)

**José Jenivaldo de Melo Irmão**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6119-8071>  
Instituto Federal de Alagoas, Brasil  
E-mail: [zeno@ifal.edu.br](mailto:zeno@ifal.edu.br)

### Resumo

Os conhecimentos adquiridos ao longo do curso podem impactar no comportamento alimentar e na percepção da imagem corporal em alunas do curso de graduação em nutrição. O objetivo da pesquisa foi avaliar o estado nutricional, as atitudes alimentares e identificar a sua percepção corporal em graduandas do curso de nutrição. Pesquisa descritiva, transversal de abordagem quantitativa, com coleta de dados a partir de um formulário contendo dados socioeconômicos, Escala de Atitudes Alimentares (EAAT) e Escala de Silhuetas. A análise estatística foi realizada por meio do SPSS versão *on line*, considerando  $p < 0,05$ . Participaram da pesquisa 83 universitárias com faixa etária entre 21 a 23 anos, sendo 97,6% solteiras e 83% sem atividade laboral associada. A eutrofia prevaleceu em 67,5% independente do semestre do curso, contudo o sobrepeso foi mais prevalente nas alunas dos semestres intermediários 31,8% e finais 29,7% e a obesidade nos semestres iniciais 4,1%. Quanto ao seu peso corporal, 40,8% estavam insatisfeitas. As alunas dos semestres iniciais e intermediários apresentaram alimentação transtornada com pontuação da EAAT maior que a média geral (67,7) e todas as subsescalas analisadas apresentaram-se alteradas. O peso e a imagem corporal foi uma preocupação presente nas estudantes de nutrição, indicando um desejo de se adequar aos padrões estabelecidos pela sociedade, associado a uma alimentação disfuncional.

**Palavras-chave:** Comportamento alimentar; Imagem corporal; Estado nutricional.

### Abstract

The knowledge acquired during the undergraduate nutrition course can impact the eating behavior and perception of the body image of its students, so the objective of the research was to evaluate the nutritional status, eating attitudes and identify their body perception in undergraduates of the course. of nutrition, being a descriptive, transversal, epidemiological-nutritional and behavioral research, with data collection from a form containing socioeconomic data, Food Attitudes Scale (EAAT) and Silhouette Scale. Statistical analysis was performed using the SPSS online version, considering  $p < 0.05$ . A total of 83 university students aged between 21 and 23 years old participated in the research, being 97.6% single and 83% without associated work activity. Eutrophy prevailed in 67.5% regardless of the semester of the course, however, overweight was more prevalent in students in the intermediate semesters 31.8% and 29.7% in the final semesters, and obesity in the initial semesters 4.1%. As for their body weight, 40.8% were dissatisfied. The students from the initial and intermediate semesters presented disordered eating with an EAAT score higher than the general average (67.7) and all the subscales analyzed were altered. Weight and body image were a concern present in nutrition students, indicating a desire to adapt to the standards established by society, associated with a dysfunctional diet.

**Keywords:** Body behavior; Body image; Nutrition status.

## Resumen

Los conocimientos adquiridos durante la carrera de nutrición pueden impactar en la conducta alimentaria y la percepción de la imagen corporal de sus estudiantes, por lo que el objetivo de la investigación fue evaluar el estado nutricional, las actitudes alimentarias e identificar su percepción corporal en los estudiantes de la carrera de nutrición, siendo una investigación descriptiva, transversal, epidemiológica-nutricional y conductual, con recolección de datos a partir de un formulario que contiene datos socioeconómicos, Escala de Actitudes hacia la Alimentación (EAAT) y Escala de Silueta. El análisis estadístico se realizó mediante el SPSS versión en línea, considerando  $p < 0,05$ . Participaron en la investigación un total de 83 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre los 21 y los 23 años, siendo el 97,6% solteros y el 83% sin actividad laboral asociada. Predominó la eutrofia en un 67,5% independientemente del semestre de la carrera, sin embargo, el sobrepeso fue más prevalente en los estudiantes de los semestres intermedios 31,8% y en los semestres finales 29,7%, y la obesidad en los semestres iniciales 4,1%. En cuanto a su peso corporal, el 40,8% estaba insatisfecho. Los estudiantes de los semestres inicial e intermedio presentaron trastorno alimentario con un puntaje EAAT superior al promedio general (67.7) y todas las subescalas analizadas estaban alteradas. El peso y la imagen corporal fueron una preocupación presente en los estudiantes de nutrición, lo que indica un deseo de adaptarse a los estándares establecidos por la sociedad, asociado a una dieta disfuncional.

**Palavras clave:** Comportamiento alimentario; Imagen corporal; Estado nutricionales.

## 1. Introdução

O comportamento alimentar é um conjunto de elementos e ações relacionadas ao alimento, envolvendo desde a escolha até a sua ingestão, cuja finalidade é suprir as necessidades fisiológicas do indivíduo, assim como permitir a sensação de prazer (Vaz & Benneman, 2014). Desta forma, a constituição da atitude alimentar, ocorre a partir dos primeiros meses de vida, resultante da interação entre fatores genéticos e ambientais (Albuquerque et al., 2016)

O comportamento alimentar não é definido pela unicidade de fator, mas pelo conjunto de relações complexas que envolvem os aspectos externos e internos ao indivíduo e, a sua compreensão depende de vários determinantes tais como cultura, renda, religião, educação e, da sua própria escolha alimentar individual (Deram, 2018). Assim, a relação do indivíduo com o alimento, interfere na sua expectativa de vida (Wiss et al., 2018) e a compreensão entre comportamento e consumo alimentar, permite identificar padrões comportamentais deletérios e percepções acerca dos alimentos (Ribeiro, 2020).

Nesse contexto, situações com alterações psicológicas em decorrência da ansiedade, euforia, depressão, estresse são gatilhos para modificar as atitudes alimentares a fim de compensar as tensões e resultar em distúrbios alimentares (Motta *et al.*, 2012). Observou-se que as influências emocionais, advindas da inserção do indivíduo no meio acadêmico e as novas relações sociais, impactam significativamente no hábito alimentar (Penaforte et al., 2016).

As alunas do curso de nutrição, apesar de apresentar um grau de conhecimento técnico e científico sobre a alimentação saudável e suas repercussões na saúde, as pesquisas têm demonstrado que neste público existe a utilização de dietas sem fundamentos científicos, como uma estratégia para a sua perda de peso em função da sua insatisfação corporal (Bandeira et al., 2016; Magalhães & Motta 2012; Shuwen et al., 2020; Obara et al., 2018).

A construção social do corpo, a partir da idealização da magreza, como um padrão de beleza considerado adequado, imposto pela sociedade, contribui para o preconceito daqueles que estão à margem deste protótipo (Obara *et al.*, 2018). Neste mesmo sentido, existe uma crença de que estudantes para atuarem como profissional de nutrição precisa estar magro, gerando desconforto quando não se enquadram neste padrão corpóreo (Magalhães, 2011).

O nutricionista, por ser caracterizado como um facilitador no processo de emagrecimento, conhecedor do alimento e da alimentação, está sujeito a este tipo de cobrança da idealização da magreza, prejudicando a sua saúde física e mental (Williams et al., 2019). Atitudes alimentares transtornadas já foram identificadas tanto em estudantes de nutrição, quanto no nutricionista, tais como compulsão e restrição alimentar, perda de peso disfuncional, embora presentes, não podem ser classificadas como um transtorno alimentar, por não atenderem os critérios exigidos para este diagnóstico (Mahn & Lordly, 2015; Trettoa et al., 2017).

De acordo com a Associação Americana de Psiquiatria (2018) as atitudes alimentares desordenadas, não são limitadas a aqueles com diagnósticos de transtornos alimentares, visto que muitos experimentam hábitos alimentares distorcidos, crenças e sentimentos, sem saber que apresentam atitudes alimentares “anormais” (American Dietetic Association, 2006).

Os conhecimentos técnico-científicos, adquiridos ao longo da graduação em nutrição, não são capazes de impedir atitudes alimentares deletérias ou transtorno de imagem. Desta forma, esta pesquisa tem o objetivo de avaliar o estado nutricional, as atitudes alimentares e identificar a sua percepção corporal em graduandas do curso de nutrição.

## 2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa exploratória, descritiva, transversal com abordagem quantitativa a partir de dados primários. Aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Piauí (UFPI) sob o parecer de número: 5.218.242, de acordo com a Resolução Nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Realizada no Campus Senador Helvídio Nunes de Barros da UFPI, localizado no município de Picos-PI.

A amostra contemplou 97 alunas regularmente matriculadas no curso de graduação em nutrição da UFPI nos semestres iniciais (3<sup>o</sup> e 4<sup>o</sup> períodos), intermediários (5<sup>o</sup> e 6<sup>o</sup> períodos) e finais (7<sup>o</sup> e 8<sup>o</sup> períodos). Foram excluídas deste estudo, alunas matriculadas nos semestres iniciais (1<sup>o</sup> e 2<sup>o</sup> períodos) por estarem cursando disciplinas básicas a todos os cursos da área de saúde e as que estavam cursando os estágios obrigatórios.

A coleta de dados primários ocorreu nos meses de fevereiro a maio do ano de 2022, mediante um formulário eletrônico estruturado utilizando a plataforma digital *google forms*, contendo as variáveis sociodemográficas, antropométricas (peso e altura autorreferidos), escalas de atitudes alimentar transtornadas e de silhueta e satisfação corporal. Os participantes receberam o formulário individualmente via aplicativo digital por meio de um link. Todos assinaram o Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE).

Para estimar o comportamento alimentar foi utilizada a Escala de Atitudes Alimentares Transtornadas (EAAT) validada no Brasil por Alvarenga e Scagliusi (2010) para estudantes de graduação. Ela é organizada por respostas dicotômicas (sim/não) e em escala tipo Likert, que utiliza resposta psicométricas, emitindo seu grau de concordância.

A EAAT é composta por 25 questões, dividida em 5 subescalas: (1) Relação com o alimento (12 a 60 pontos); (2) Preocupação com o alimento e ganho de peso (4 a 20 pontos), (3) Práticas restritivas e compensatórias (4 a 20 pontos), (4) Sentimentos em relação aos alimentos (4 a 20 pontos) e (5) Conceitos de alimentação normal (14 a 70 pontos). Seu resultado foi expresso pelo somatório de pontos de cada subescala, sendo que pontuações mais altas indicaram atitudes disfuncionais.

As pontuações mínimas possíveis são de 37 pontos e a máxima de 190 pontos. Para considerar a pontuação alta ou baixa em relação às atitudes alimentares, utilizou-se a média da pontuação total das respostas do EAAT como ponto de corte. A pontuação acima da média demonstrou atitudes alimentares mais desordenadas.

A escala de silhuetas investigou a autopercepção da imagem corporal, proposta por Stunkard, Sorensen & Schulsinger (1983), adaptada por Scagliusi et al., (2006) para a população brasileira, disposta em nove figuras femininas, que vão da silhueta mais magra para a mais obesa.

A satisfação corporal foi analisada por meio do cálculo da diferença (subtração) entre o valor atribuído à imagem que a estudante gostaria de ter (ideal) e o valor que a representasse no momento (atual). Esse escore variou entre - 8 e + 8, apontando que quanto maior a diferença, maior o grau de insatisfação da estudante com a autoimagem corporal. Para mensurar o nível de satisfação e insatisfação com a imagem corporal das estudantes, foram atribuídas as variáveis: satisfeito (resultado da IC = 0), insatisfeito por excesso (IC > 0) e insatisfeito por magreza (IC < 0).

Na análise dos dados foi utilizado o software estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão *on-line*, gratuita mediante a estatística descritiva, medidas de tendência central (média e desvio padrão) e teste de Fisher com

intervalo de confiança de 95%, nível de significância de 5% para todas as análises.

### 3. Resultados

A Tabela 1 tem a finalidade de descrever as características pessoais da amostra. Das 97 alunas da amostra, participaram da pesquisa 85,6% (n=83), mais da metade 54,2% (n=45) na faixa etária entre 21 a 23 anos, solteiras 97,6% (n=81) e sem atividade laboral 83,1% (n=69) associada, indicando dependência da renda da família.

**Tabela 1-** Descrição do perfil sociodemográfico das graduandas em nutrição no município de Picos/PI 2022.

Variável	Categoria	n	%
Idade	18 a 20 anos	24	28,9
	21 a 23 anos	45	54,2
	Maior de 24 anos	14	16,9
	Total	83	100
Estado Civil	Solteira	81	97,6
	Casada	1	1,2
	Viúva	1	1,2
	Total	83	100
Ocupação	Estuda	69	83,1
	Estuda e Trabalha	14	16,9
	Total	83	100

Fonte: Autores (2022).

A Tabela 2 identifica o risco nutricional das graduandas e o seu contentamento ou discontentamento com a sua imagem corporal. A eutrofia foi à condição nutricional mais prevalente independente do semestre que as alunas estavam inseridas, com uma frequência acima de 60%. O sobrepeso foi à segunda condição nutricional mais prevalente, com ocorrência nos três grupos avaliados, sendo mais acentuada naquelas que estavam cursando o nível intermediário 31,8%. Por outro lado, a prevalência do baixo peso foi de 8,3% e a obesidade 4,1% presentes naquelas do semestre inicial do curso.

**Tabela 2-** Estado nutricional e satisfação corporal de graduandas em nutrição, segundo os semestres do curso. Picos/PI, 2022.

Variáveis	Semestre Inicial		Semestre Intermediário		Semestre Final		
	N	%	n	%	n	%	
Estado Nutricional							
Baixo Peso	2	8,3	-	-	1	2,7	
Eutrofia	16	66,7	15	68,2	25	67,6	
Sobrepeso	5	20,8	7	31,8	11	29,7	p > 0,05*
Obesidade	1	4,1	-	-	-	-	
Total	24	100	22	100	37	100	
Satisfação Corporal							
Insatisfeito pelo excesso de peso	8	33,3	11	50,0	18	48,6	
Satisfeito	8	33,3	4	18,2	8	21,6	
Insatisfeito pela magreza	8	33,3	7	31,8	11	29,8	
Total	24	100	22	100	37	100	

\*Teste de Fisher. Fonte: Autores (2022).

Quanto à satisfação corporal (Tabela 2) 33,3% das alunas no semestre iniciais demonstraram satisfeitas com sua imagem corporal, sem o desejo de diminuir o aumentar seu peso corpóreo. Contudo, a insatisfação corporal pelo excesso de peso ocorreu com maiores frequências naquelas dos semestres intermediários 50% e finais 48,6%. Por outro lado, a insatisfação corporal pela magreza foi mais prevalente nos semestres iniciais 33,3%, indicando a visão transtornada de sua imagem corporal na presença do risco nutricional, embora a análise estatística demonstrou que o estado nutricional não influenciou a percepção corporal do grupo analisado ( $p>0,05$ ).

A Tabela 3 aborda aspectos relacionados ao comportamento alimentar saudável ou disfuncional das graduandas de acordo com o período de estudo. A média geral da EAAT foi de 67,7 indicando que os grupos de alunas dos semestres iniciais e intermediários apresentaram alimentação transtornada com a média 69,7 e 69,09 respectivamente, quando comparadas com as dos semestres finais 65,54. As subescalas com maiores médias ocorrem nas alunas dos semestres iniciais, sobretudo aquelas relacionadas ao alimento (subescala 1) preocupação com alimento e ganho de peso (subescala 2) e conceito de alimentação normal (subescala 5) confirmando a alimentação alterada principalmente neste grupo.

**Tabela 3** - Valores descritivos (média e DP) da Escala de atitudes alimentares transtornadas (EAAT) de acordo com os semestres de ingresso ao curso em estudantes de Nutrição. Picos, Piauí, Brasil. 2022.

Variáveis	Semestres Iniciais (n=24)		Semestres intermediários (n=22)		Semestres finais (n=37)		TOTAL (n=83)	
	$\bar{x}$	(dp)	$\bar{x}$	(dp)	$\bar{x}$	(dp)	$\bar{x}$	(dp)
Subescala 1	24,4	(9,7)	24,14	(13,1)	22,65	(10,8)	23,8	(11,1)
Subescala 2	9,17	(4,0)	8,14	(3,8)	7,86	(4,0)	8,3	(3,9)
Subescala 3	6,73	(4,3)	6,50	(3,1)	5,62	(4,0)	6,2	(3,9)
Subescala 4	3,36	(1,2)	3,33	(1,1)	3,22	(1,3)	3,3	(1,2)
Subescala 5	9,42	(3,2)	9,64	(2,7)	9,08	(2,8)	9,3	(2,9)
EAAT total	69,7	(18,3)	69,09	(26,6)	65,54	(23,43)	67,7	(22,8)

Subescala 1: Relação com o alimento; Subescala 2: Preocupação com o alimento e ganho de peso; Subescala 3 Práticas restritivas e compensatórias; Subescala 4: Sentimentos em relação à alimentação; Subescala 5: Conceito de alimentação normal. EAAT total: Pontuação total da escala. Fonte: Autores (2022).

A Tabela 4 considera aspectos relacionados à satisfação do peso corporal e o comportamento alimentar das alunas de nutrição. A percepção corporal e atitudes alimentares foram analisadas considerando dois grupos: as com alimentação transtornada que apresentaram média maior que 67,7 (semestre inicial e intermediário) e sem alimentação transtornada (semestre final) média menor.

**Tabela 4** - Percepção Corporal e Atitudes Alimentares de universitárias do curso de Nutrição, CSHNB. Picos, Piauí, Brasil, 2022.

Variáveis	Atitudes Alimentares				p-valor*
	EAAT total (>67,7) (Transtornada)		EAAT total (<67,7) Não Transtornada		
	n	%	n	%	
Satisfeito por excesso de peso	22	26,5	15	18,1	0,222
Insatisfeito por magreza	13	15,6	7	8,4	
Satisfeito	21	25,3	5	6,1	
Total	56	67,4	27	32,6	

\*Teste Fischer. Fonte: Autores (2022).

As alunas com alimentação transtornadas apresentaram maiores percentuais de insatisfação 42,1% dos quais, 26,5% pelo excesso de peso e 15,6% pela magreza. Ainda assim, naquelas sem a presença de alimentação transtornada, a insatisfação também ocorreu, em menores proporções, 18,1% pelo excesso de peso e 8,4% pela magreza. A análise estatística não demonstrou relação entre atitudes alimentares e percepção corporal ( $p>0,05$ ).

### 3. Discussão

A pesquisa demonstrou que apesar da elevada frequência da eutrofia, os riscos nutricionais estiveram presentes nas estudantes em nutrição, condição que podem estar associadas a fatores endógenos e a hábitos de vida não saudáveis como a alimentação inadequada e ausência de exercícios físicos. Segundo Rodrigues, Oliveira, Silva & Messias (2017), geralmente estudantes da área de saúde, apresentam hábitos alimentares inadequados, não utilizando alguns conhecimentos apreendidos no curso de graduação.

Essas atitudes alimentares podem receber a influência do estado nutricional, principalmente quando um indivíduo apresenta excesso de peso que associados à insatisfação de sua imagem corporal, são elementos gatilhos para restrições e mecanismos de compensação alimentar (Magalhães, 2011). Alves et al., (2020) observaram em seu estudo uma relação significativa entre satisfação corporal e estado nutricional, sendo inversamente proporcionais.

Ao longo dos anos, a magreza tem sido associada e perpetuada a um padrão de beleza inatingível pela população, contribuindo para que o ganho de peso seja considerado pelo indivíduo como um fracasso pessoal, principalmente pelas mulheres, interferindo na sua percepção corporal com reflexos negativos na sua autoestima (Deram, 2018). Essa afirmação é corroborada pelo estudo de Aparício-Martinez et al. (2019) no qual foi demonstrado que existe uma relação direta entre comportamentos alimentares disfuncionais e o desejo de uma aparência corporal mais magra.

Nesta pesquisa a insatisfação corporal pelo excesso de peso, atingiu elevadas prevalências entre 48,6 a 50%, resultados muito próximos, foram observados nos estudos de Canali et al., (2021), encontrando uma frequência de 43% nos estudantes avaliados. Outro estudo realizado por Shuwen et al. (2020) constatou resultados ainda maiores de insatisfação corporal 57,1%. Apesar do estudo de Claumann et al., (2019) ter avaliado praticantes de atividades físicas, a insatisfação corporal por excesso de peso foi de 59,1% sendo uma condição frequente ao se usar a Escala de Silhuetas.

Oliveira et al., Neuber (2019) em seu estudo indicou prevalência de 83% na insatisfação corporal e de autoimagem em estudantes de nutrição, resultados superiores ao encontrados nesta pesquisa, apenas a faixa de idade e o estado civil se aproximam dos dados deste estudo. A sociedade cria um estereótipo tanto para os profissionais de nutrição quanto para educação física, considerando que eles sejam exemplos de saúde perfeita, incluído uma boa imagem corporal, obtidos pelos conhecimentos advindos do curso de graduação da tríade alimentação, atividade física e saúde, contudo os estudos tem relatado que nestas categorias profissionais, a ocorrência de insatisfação corporal e de comportamentos alimentares deletérios tem sido observada com frequência (Shuwen *et al.*, 2020; Poínhos et al., 2015).

A insatisfação corporal atrelado ao excesso de peso pode provocar duas condições bem distintas no indivíduo, a primeira: relações difíceis com alimento, como aversão ao alimento e adoção de dietas mais restritivas, para alcançar a perda de peso ou a redução de medidas corporais (Claumann *et al.*, 2019) e a segunda: a alimentação desordenada traz a progressão do excesso de peso, com reflexos negativos do ponto de vista psicológico e comportamental, desencadeando elevados níveis de estresse, baixa autoestima e transtorno de humor (Sanlier et al., 2017; Luz et al., 2019). Segundo Ferreira *et al.* (2021) a insatisfação corporal é um fator preocupante poderá favorecer a distorção de imagem corporal, critério de diagnóstico para os transtornos alimentares.

Assim como os riscos nutricionais, a presença de eutrofia em estudantes de nutrição, não é diferente dos achados observados por outros autores como Gutiérrez *et al.* (2019) e Freitas et al., (2017) em suas pesquisas. A presença de eutrofia,

riscos para transtornos alimentares associados ao desejo de perder peso foram observados em 36,7% das alunas de nutrição avaliadas no México (Gutierrez *et al.*, 2019). Saleh *et al.*, (2018) no Oriente Médio constataram que 73% das universitárias eutróficas analisadas, relataram preocupação excessiva com ganho de peso.

A discussão sobre o peso corporal é muito positiva, no sentido de quebrar paradigmas ao qual se associa apenas a alimentação como causa principal do aumento de peso, excluindo outros fatores desencadeantes como a genética, doenças e meio ambiente (Alvarenga *et al.*, 2020). A díade excesso de peso e alimentação desordenada pode ser mantida, caso medidas efetivas não sejam tomadas, considerando a influência marcante da mídia, estereótipos do peso, insatisfação da sua imagem corporal e emoções específicas que estimulem o ato de comer sem o indivíduo estar com fome (Urquhart & Mihalynuk, 2011).

Apesar da associação estatística entre a insatisfação corporal e atitudes alimentares não ser significativa, a proporção de estudantes que apresentaram insatisfação corporal e atitudes alimentares transtornadas demandam cuidados. A insatisfação corporal é um dos fatores de risco mais importante para comportamentos inadequados para a alimentação (Ishak *et al.*, 2016). Estudo realizado no Japão com universitárias encontraram pontuação médias (EAAT 68,9) muito próximas a este estudo (EAAT 67,8). Alvarenga *et al.* (2020), avaliaram um público de jovens universitários utilizando o mesmo instrumento (EAAT) e constataram que a alimentação transtornada foi mais prevalente naquelas com IMC maiores, apresentando comportamentos de culpa e preocupação no ato de comer.

O ambiente alimentar moderno estimula o consumo de alimentos hiperpalatáveis, por meio de áreas de recompensa dos neurotransmissores ligados ao prazer e felicidade, resultando em um desejo de consumir alimento de forma incontrolável, a fome hedônica, que pode contribuir para o comportamento disfuncional (Oliveira *et al.*, 2022).

O comportamento alimentar das estudantes de nutrição é parcialmente influenciado pelos conhecimentos adquiridos, contudo os fatores externos, como palatabilidade do alimento, condições socioculturais e emocionais dificultam a adesão a uma alimentação saudável (Magalhães & Motta 2012). Segundo Poínhos *et al.* (2015) os estudos referentes ao comportamento alimentar entre estudantes e profissionais de saúde apresentam prevalência ou riscos de transtornos e poucos avaliam o comportamento alimentar e todas as suas dimensões.

De um modo geral para promover mudanças de comportamento alimentar, faz-se necessário a compreensão das influências ambientais, da preocupação com a imagem corporal, da estigmatização do peso, da prevenção dos transtornos e talvez a mais importante que a intervenção deverá ser pautada na compreensão do sujeito social e não apenas compreensão dos mecanismos fisiológicos (Varela *et al.*, 2019).

#### **4. Conclusão**

O padrão social do peso e da imagem corporal imposto pela sociedade foi uma preocupação presentes nas estudantes de nutrição especificamente naquelas que estavam sob o risco nutricional, sendo o sobrepeso o mais prevalente, sobretudo no nível intermediário. Os conhecimentos a cerca da conduta alimentar, suas influências e alimentação saudável adquiridos no curso, não foram suficientes para impedir que as mesmas apresentassem atitudes alimentares disfuncionais e descontentamento com sua imagem corporal, independentes do seu estado nutricional.

Estes achados sugerem o risco para o desenvolvimento de um transtorno alimentar, com consequências para a sua saúde, sua vida pessoal e profissional. Na prática profissional, vão lidar constantemente com os aspectos emocionais, o ato de comer e a (in)satisfação corporal, assim precisam estar bem, para elaborar um plano nutricional que atenda a necessidade do indivíduo a ser cuidado.

Diante dessas constatações, sugere-se que mais estudos sejam realizados com este público, considerando uma amostra populacional maior, a fim de conhecer o tamanho da problemática, intervir por meio de ações efetivas, tendo em vista todos os aspectos envolvidos. Julga-se, ainda necessário, a abordagem sobre este assunto nos cursos de graduação em nutrição, para

constituir um ponto de reflexão-ação.

## Referências

- Albuquerque, L., Cavalcante, A. C. M., Almeida, P. C., & Magalhães, M. C. (2016). Relação da obesidade com o comportamento alimentar e o estilo de vida de escolares brasileiros. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 36(1), 17-23.
- Alvarenga, M. S., & Scagliusi, F. B. (2010). Development and Validity of the Disordered Eating Attitude Scale (DEAS). *Perceptual and Motor Skills*, 110(2), 379- 395.
- Alvarenga, M. S., Santos, T. S. S., & Andrade, D. (2020) Validation of a summarized version of the Disordered Eating Attitude Scale (DEAS-s) in a Brazilian sample based on Item Response Theory. *Caderno de Saúde Pública*, 36(2), 1-10.
- Alves, M. N., Rosolen, M. D., Costa, T. B., Bordini, F. W. (2020). Associação entre Satisfação Corporal e aspectos sociodemográficos e de saúde de Universitários. *Demetra*, 15: 1-13. e47361.
- Aparício-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21), 1-16.
- Associação Americana de Psiquiatria. Diretrizes práticas para o tratamento de pacientes com transtornos alimentares. (2018) 3ª Edição. Autor. Recuperados de [https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice\\_guidelines/guidelines/eatingdisorders.pdf](https://psychiatryonline.org/pb/assets/raw/sitewide/practice_guidelines/guidelines/eatingdisorders.pdf)
- Bandeira, Y. E. R., Mendes, A. L. R. F., Cavalcante, A. C. M., & Arruda, S. P. M. (2016). Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 65(2), 168-173.
- Canali, P., Fin, T. C., Hartmann, V., Gris, C., & Alves, A. L. S. (2021). Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 15(93), 244-250.
- Claumann, G. S., Laus, M. F., Felden, E. P. G., Silva, D. A. S., & Pelegrini, A. (2019) Associação entre insatisfação com a imagem corporal e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, 24 (4), 299-1308.
- Deram, S. (2018). *O Peso das Dietas*. Ed. Sextante. 3ª ed.
- Ferreira, L.S., Rodrigues, C.T., Lima, V.S., Bezerra, A. N., Albuquerque, N. V., & Pereira, C. P. (2021) Percepção da imagem corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Research, Society and Development*, 10(1), e41911326626, 1-10.
- Freitas, D., Oliveira, B. M., Correira, F., Pinhão, S., & Poínhos, R. (2017). Eating behaviour among nutrition students and social desirability as a confounder. Disordered eating attitudes in female students at An-Najah National University: a cross-sectional study. *Appetite*, 113, 187-192.6
- Gutiérrez, M. C. D; Bilbao & Morcelle, G. M., Santoncini, C. U., Espinosa, A. M., Izeta, E. I. E., & Carriedo, A. P. Relationship between nutritional status, body dissatisfaction and risky eating behaviors in nutrition students. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*. 2019; 10(1): 53-65.
- Ishak, S. I. Z. S., Chin, Y. S., Taib, M. N. M., & Shariff, Z. M. (2016). School-based intervention to prevent overweight and disordered eating in secondary school Malaysian adolescents: a study protocol. *BMC Public Health*, 16. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3773-7>
- Luz; F.Q., Sainsbury, A., Mannan, H., Touyz, S., Mitchison, D., & Girosi, F. (2019). An investigation of the relationships between disordered eating behaviors, overestimation of weight/shape and mood in the general population. *Appetite*, 129, 19-24.
- Magalhães, P. (2011). *Comportamento alimentar, estado nutricional e Imagem Corporal de Estudantes de Nutrição: Aspectos Psicossociais e Percurso Pedagógico*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual Paulista]. <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/100970>.
- Magalhães, P., & Motta, D. G. A. (2012). Psychosocial approach on the nutritional status and dietary behavior among students of Nutrition Sciences. *Nutrire: brazilian food and nutrition society*. São Paulo. 37(2), 118-132.
- Mahn, H. M., & Lordly, D. (2015). A Review of Eating Disorders and Disordered Eating amongst Nutrition Students and Dietetic Professionals. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*. 76, 38-43.
- Motta, D. G., Motta, C. G., & Campos, R. R. (2012). *Teorias psicológicas da fundamentação do aconselhamento nutricional*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 53- 64.
- Obara, A. A., Vivolo, S. R. G. F., & Alvarenga, M. S. (2018). Preconceito relacionado ao peso na conduta nutricional: um estudo com estudantes de nutrição. *Caderno de Saúde Pública*, 34(8), 1-14.
- Oliveira, T. C., Bering, T. Oliveira, J. R. T., & Neuber, J. (2019). Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. Edição especial: 64ª RBRAS e 18ª SEAGRO, 8(2).
- Oliveira, M. M., Brito, E. G. F. de, Silva, K. M. P. e., Araújo, F. R. G. de, Cavalcante, T. C. F., Silva, A. A. M. da, & Souza, S. L. de. (2022). The feed beyond need: mechanisms of the hedonic control of eating. *Research, Society and Development*, 11(3), e41911326626
- Penaforte, F. R., Matta, N. C., & Japur, C. C. (2016). Associação entre estressecomportamento alimentar em estudantes universitários. *Revista Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde*, 11(1), 225-237.

- Póinhos, R., Alves, D., Vieira, E., & Pinhao, S. (2015). Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses. *Appetite*, 84, 28-33.
- Ribeiro, L. *Nutrição e Comportamento: o olhar das neurociências sobre o comportamento alimentar*. 2 ed. Taubaté, 2020.
- Rodrigues, B. C., Oliveira, G. N .S., Silva, E. I .G., & Messias, C. M. B. O. (2017). Risco de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes de nutrição. *Scientia Plena*, 13(7), 1-8.
- Saleh, R. N., Salameh, R. A., Yhya, H. H., & Sweileh, W. M. (2018). Disordered eating attitudes in female students at An-Najah National University: a cross-sectional study. *Journal Eating Disorders*, 6(16), 1-6.
- Sanlier, N., Navruz, V. S., Macit, M. S., Mortas, H., & Tatar, T. (2017). Assessment of disordered eating trends in young adults. *Coma Weight Disorder*, 22, 623-31.
- Scagliusi, F. B., Alvarenga, M., Polacow, V., Cordás, T. A., & Queiroz, G. K. O. (2006). Concurrent and discriminant validity of the Stunkard/Æs figure rating scale adapted into Portuguese. *Appetite*, 47, 77-82.
- Shuwen, Q.; Ordoñez, A. M., & Fernandes, I. (2020). Ocorrência de insatisfação corporal, comportamentos alimentares inadequados e pressão midiática em universitárias de diferentes áreas de estudo. *UniAmérica. Foz do Iguaçu*, 1-27.
- Stunkard, A. J., Sorensen, T., & Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. *Research Publication Association Research in Nervous and Mental Disease*, 60, 115-20.
- Trettoa, M .B., Laina, N., & Pereira, F. B. (2017). Dietas da moda versus distúrbios alimentares. V Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG. Centro Universitário da Serra Gaúcha, 110-2.
- Urquhart, C. S., & Mihalynuk, T. V. (2011). Eating disorder in women: implications for the obesity pandemic. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 72 (1), 115-25.
- Varela, C., Andrés, A., & Saldaña, C. (2019). The behavioral pathway model to overweight and obesity: coping strategies, eating behaviors and body mass index. *Eating and Weight Disorders*, 1, 234-56.
- Vaz, D. S. S., & Benneman, R. M. (2014). Comportamento Alimentar e Hábito Alimentar: Uma Revisão. *Revista Uningá. Maringá*, 20(1), 108-112.
- Williams, L. T., Barnes, K., Ball, L., Ross, L. J., Sladdin, I., Mitchell, L. J. (2019). How effective are dietitians in weight management? A systematic review and meta analysis of randomized controlled trials. *Healthcare (Basel)*, 79(1), 1-18.
- Wiss, D. A., Avena, N., & Rada, P. (2018). Sugar addiction: from evolution to revolution. *Frontiers in Psychology*. 2018, 9(1), 1-12.