

Comportamento e consumo alimentar de estudantes ingressantes no curso de Nutrição

Behavior and food consumption of students entering the Nutrition course

Comportamiento y consumo alimentario de los estudiantes que ingresan a la carrera de Nutrición

Recebido: 18/10/2022 | Revisado: 30/10/2022 | Aceitado: 02/11/2022 | Publicado: 09/11/2022

Rafaella Maria Monteiro Sampaio

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9994-1916>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
Centro Universitário Christus, Brasil
E-mail: rafaellasampaio@yahoo.com.br

Lídia Costa Neris

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0992-8107>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
E-mail: lidianeris45@gmail.com

Antônia Patrícia Gonçalves de Noronha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0449-4143>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
E-mail: patricianoronha@outlook.com

Francisco Eudes dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3255-5898>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
E-mail: eudessantos1425@hotmail.com

Yngrid Santana Flor

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4163-7986>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
E-mail: yngridflor@gmail.com

Thatiana Ramos Cavalcante

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3702-4834>
Centro Universitário Estácio do Ceará, Brasil
E-mail: thatianaramos.nutri@outlook.com

Iramaia Bruno Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9114-5533>
Centro Universitário Christus, Brasil
Universidade de Fortaleza, Brasil
E-mail: iramaia.silva@unichristus.edu.br

Resumo

Introdução: O comportamento alimentar é a conceitualização das ações que o indivíduo tem antes e durante a refeição, bem como onde, o que, com quem e quando se come e se relaciona. Sabe-se que fatores estressantes tendem a influenciar na alimentação, principalmente em estudantes durante os primeiros anos de estudo em instituições de ensino superior. **Objetivo:** Avaliar o comportamento e o consumo alimentar de estudantes ingressantes no curso de Nutrição. **Método:** Tratou-se de um estudo quantitativo, analítico e transversal realizado no Centro Universitário Estácio do Ceará, com 65 discentes que estavam matriculados no primeiro semestre do Curso de Nutrição em 2019. **Resultados:** A maioria 69,2% (n=45) dos participantes era do sexo feminino, 72,3% (n=47) não consumiam frequentemente verduras cruas e/ou cozidas. Em relação ao comportamento alimentar de restrição verificou-se uma associação significativa (p=0,03) quanto o consumo de embutidos, uma vez que os estudantes que apresentavam um consumo adequado possuíam um maior comportamento de restrição (27,62±9,9) em relação aos que consumiam de forma inadequada (20,59±7,9). **Conclusão:** Há necessidade de realizar educação nutricional com os estudantes de nutrição referente à ingestão e o comportamento alimentar.

Palavras-chave: Comportamento alimentar; Consumo alimentar; Estudantes; Educação superior.

Abstract

Introduction: Eating behavior is the conceptualization of the actions that the individual has before and during the meal, as well as where, what, with whom and when he eats and relates. It is known that stressors tend to influence diet, especially in students during the first years of study in higher education institutions. **Objective:** To evaluate the behavior and food consumption of students entering the Nutrition course. **Method:** This was a quantitative, analytical and cross-sectional study carried out at Centro Universitário Estácio do Ceará, with 65 students who were enrolled in the first semester of the Nutrition Course in 2019. **Results:** Most 69.2% (n=45) of the participants were female, 72.3%

(n=47) did not frequently consume raw and/or cooked vegetables. Regarding restrictive eating behavior, there was a significant association ($p=0.03$) with the consumption of sausages, since students who had adequate consumption had a greater restriction behavior (27.62 ± 9.9) in relation to those who consumed inappropriately (20.59 ± 7.9). Conclusion: There is a need to carry out nutrition education with nutrition students regarding food intake and behavior.

Keywords: Food behavior; Food consumption; Students; College education.

Resumen

Introducción: La conducta alimentaria es la conceptualización de las acciones que tiene el individuo antes y durante la comida, así como dónde, qué, con quién y cuándo come y se relaciona. Se sabe que los factores de estrés tienden a influir en la dieta, especialmente en los estudiantes durante los primeros años de estudios en instituciones de educación superior. **Objetivo:** Evaluar el comportamiento y consumo alimentario de los estudiantes que ingresan a la carrera de Nutrición. **Método:** Este fue un estudio cuantitativo, analítico y transversal realizado en el Centro Universitário Estácio do Ceará, con 65 estudiantes que cursaban el primer semestre del Curso de Nutrición en 2019. **Resultados:** La mayoría 69,2% (n=45) de los participantes eran del sexo femenino, 72,3% (n=47) no consumían frecuentemente verduras crudas y/o cocidas. En cuanto a la conducta alimentaria restrictiva, hubo asociación significativa ($p=0,03$) con el consumo de embutidos, ya que los estudiantes que tenían un consumo adecuado tenían una mayor conducta restrictiva ($27,62\pm 9,9$) en relación a los que consumían inadecuadamente ($20,59\pm 7,9$). **Conclusión:** Existe la necesidad de realizar educación nutricional con los estudiantes de nutrición en cuanto a la ingesta de alimentos y el comportamiento.

Palabras clave: Comportamiento alimentario; Consumo de comida; Estudiantes; Educación universitaria.

1. Introdução

O conceito de comportamento alimentar envolve todas as ações que o indivíduo tem antes e durante a alimentação, bem como onde, o quê, com quem e quando se come (Alvarenga et al., 2015). Cheiros, sons, iluminação, conforto, condições de limpeza e outras características do lugar onde comemos influenciam tanto a quantidade de alimentos que ingerimos, como o prazer que podemos desfrutar da alimentação. Tais fatores podem ser determinantes nas escolhas dos universitários em realizar suas refeições em casa junto de seus familiares (Brasil, 2014).

Devido às oportunidades existentes de ingressar no meio acadêmico, milhões de pessoas conseguem anualmente entrar em instituições de ensino superior. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) 58,5% dos estudantes entre 18 e 24 anos estão cursando o ensino superior (Brasil, 2016).

Durante os primeiros anos após ingresso nas instituições de ensino superior, os estudantes se deparam com diversos fatores estressantes, frente aos desafios encontrados nesse novo cenário (Lima et al., 2013). Através da análise de comportamento alimentar identificou-se que tal comportamento está inadequado e irregular principalmente em indivíduos do sexo feminino e que a maior parte dos transtornos alimentares ocorrem em grupos específicos, como estudantes universitários da área da saúde e profissionais que trabalham com a imagem corporal (Kirsten et al., 2009; Magalhães, 2011).

Quanto ao consumo de alimentos existe uma correlação entre as condições de vida e as opções pessoais de adoção de estilos de vida, além da influência de fatores sensoriais, socioeconômicos e de disponibilidade dos alimentos que não assegura escolhas alimentares saudáveis (Landstrom et al., 2009).

Sabe-se que o comportamento alimentar de estudantes de nutrição é influenciado pelos conhecimentos obtidos ao decorrer da graduação por ter entendimento sobre as propriedades dos alimentos, mas que não são suficientes para evitar práticas de saúde inadequadas e o desequilíbrio no estado nutricional (Munhoz et al., 2017). De encontro a isto, em uma pesquisa realizada em uma instituição de ensino superior que analisou o consumo alimentar dos acadêmicos do curso de nutrição, concluiu-se que a ingestão alimentar estava inadequada, pois os estudantes possuíam baixo consumo dos grupos conhecidos como protetores à saúde: frutas, legumes e verduras, leguminosas, carnes, ovos, leite e seus derivados. Desta forma, nem sempre o que se aprende na teoria é efetivado na prática, apesar do conhecimento dos benefícios à saúde (Aquino et al., 2015).

A transição dos jovens adultos para o ensino superior pode se tornar um período estressante e suas estratégias de

enfrentamento podem envolver mudanças nos comportamentos alimentares (Canali et al., 2022). Portanto, justifica-se a importância de conhecer especificamente a alimentação de estudantes de nutrição e os fatores que estão diretamente associados ao desenvolvimento e/ou alteração do consumo e do comportamento alimentar. Essa pesquisa contribuirá para o entendimento do comportamento e consumo alimentar dos recém-ingressos no curso de nutrição com intuito de encontrar desordens alimentares, a fim de prover melhorias neste grupo. Destaca-se ainda a escassez de estudos deste caráter.

Desta forma, objetivou-se avaliar o comportamento e o consumo alimentar de estudantes ingressantes no curso de Nutrição.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo quantitativo e analítico, de corte transversal realizado no Centro Universitário Estácio do Ceará, Campus Via Corvvs, Fortaleza (CE), durante o período de março a abril de 2019.

A população do estudo foi constituída por todos os estudantes de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos e que aceitaram participar do estudo mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Excluíram-se os indivíduos que não aceitaram participar de todas as etapas da pesquisa, gestantes, nutrízes e aqueles que possuíam alguma deficiência física e/ou mental. A amostra foi composta por 65 discentes ingressantes no curso de Nutrição que estavam matriculados no primeiro semestre do curso em 2019.

A coleta de dados se deu a partir das respostas a um questionário semiestruturado contendo dados socioeconômicos e demográficos (nome, renda familiar, idade, sexo, estado civil e semestre do curso).

O comportamento alimentar foi investigado pelo Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA). O QHCA (Van Strien et al., 1986) foi traduzido para o português por Almeida, Loureiro e Santos (2001) e validado para a população brasileira por Viana e Sindi (2003). É composto por 33 itens, avaliados em uma escala Likert de 1 a 5 pontos (nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente), sendo os itens distribuídos em três subescalas: Escala de restrição alimentar que avalia o estilo alimentar relativo ao conhecimento de hábitos nutricionais adequados; Escala de ingestão emocional que avalia o estado emocional do indivíduo; Escala de ingestão externa que avalia os atrativos de aroma e sabor dos alimentos, bem como com a alimentação associada às situações sociais. Para análise do QHCA foi obtida a pontuação de cada subescala. Quanto maior foi a pontuação obtida em cada uma das escalas, mais expressivo é esse padrão ou estilo alimentar (Leitão et al., 2013). Assim, para análise do QHCA, consideraram-se os escores parciais de cada domínio e o escore total, os quais foram apresentados em médias e desvio-padrão.

As informações sobre o consumo alimentar foram obtidas por um questionário de frequência alimentar. Os discentes foram questionados sobre: quais as refeições fazem geralmente em casa e quais são realizadas na instituição de ensino; qual a frequência de ingestão de sucos industrializados e refrigerantes; salgadinho, bolacha/biscoito, chocolates, balas, e doces em geral; hambúrguer e embutidos; pratos industrializados, prontos para aquecer, ou fritar; verduras cruas e/ou verduras e legumes cozidos; e frutas, ou suco das frutas.

Para a análise do questionário de frequência alimentar foi necessário a utilização das respostas relatadas no momento da pesquisa de acordo com a ingestão habitual, sendo consideradas as seguintes respostas: café da manhã, lanche da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar, lanche após o jantar; todos os dias (5 a 7x/semana), dia sim dia não (3 a 4x/semana), às vezes (2x/semana, ou menos) ou nunca. Foram adotadas as recomendações de Paixão et al. (2010) que estabelece como ponto de corte para as variáveis de hábitos alimentares em relação a frequência de consumo de alimentos (frutas, verduras, leite e derivados, feijão e arroz) os seguintes critérios: inadequado (consumo em < 3 dias da semana) ou adequado (consumo \geq 3 dias da semana). Em relação à frequência de consumo de salgadinhos, doces e refrigerantes foi considerado inadequado (consumo em \geq 3 dias da semana) ou adequado (consumo até 2 vezes por semana).

Os dados foram avaliados no programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 20.0. As variáveis numéricas foram analisadas de forma descritiva em média e desvio-padrão, e as categóricas, em frequências absoluta e relativa. Aplicou-se o Teste de Kolmogorov-Smirnov para verificar a normalidade das variáveis numéricas e o Teste t-Student para verificar a significância estatística das médias das subescalas dos grupos, a uma significância de 5%.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (Parecer de aprovação N° 2.249.963 e CAAE N° 67829017.7.0000.5038).

3. Resultados e Discussão

Participaram da pesquisa 65 estudantes do curso de nutrição, sendo a maioria 69,2% (n=45) do sexo feminino. A idade variou entre 18 e 46 anos, com percentual maior de acadêmicos com a idade até 19 anos (60%; n=39). A maioria (71,5%; n=53) apresentou renda de 1 a 3 salários mínimos, solteiros (78,5%; n=51) e estudavam no turno matutino (75,4%; n=49) (Tabela 1).

Tabela 1 - Distribuição dos estudantes do curso de nutrição segundo dados socioeconômicos. Fortaleza, CE, 2019.

Variável	N	%
Sexo		
Feminino	45	69,2
Masculino	20	30,8
Idade		
Até 19 anos	39	60,0
20 a 30 anos	19	29,2
>30 anos	7	10,8
Estado Civil		
Casado	14	21,5
Solteiro	51	78,5
Renda Familiar		
< 1SM a 3SM	53	71,5
>3SM	12	18,5
Turno		
Matutino	49	75,4
Noturno	16	24,6

* SM = salário mínimo. Fonte: Autoria própria.

Verificou-se maior percentual 50,77% (n=33) de estudantes que realizavam mais de 3 refeições em casa (Tabela 2). Em relação às refeições realizadas no ambiente acadêmico, a grande maioria 93,85% (n=61) dos estudantes faziam até 3 refeições, sendo que 43,1% (n=28) ingeriam o lanche da manhã nos intervalos entre aulas.

Tabela 2 - Distribuição dos estudantes do Curso de Nutrição segundo o Questionário de frequência alimentar. Fortaleza, CE, 2019.

Variável	N	%
Nº de refeições em casa		
Até 3 refeições	32	49,2
>3 refeições	33	50,8
Nº de refeições na Instituição de Ensino		
Até 3 refeições	61	93,9
>3 refeições	4	6,1
Consumo de sucos industrializados prontos (caixa), ou pré-prontos (em pó)		
Inadequado	7	10,8
Adequado	58	89,2
Consumo de refrigerantes		
Inadequado	6	9,2
Adequado	59	90,8
Consumo de salgadinho de pacote, bolacha/biscoito salgado, doce ou recheado		
Inadequado	14	21,5
Adequado	51	78,5
Consumo de chocolates, balas, e doce		
Inadequado	19	29,2
Adequado	46	70,8
Consumo de hambúrguer e embutidos (presunto, salame)		
Inadequado	12	18,5
Adequado	53	81,5
Consumo de pratos industrializados, pronto para aquecer, ou fritar		
Inadequado	3	4,6
Adequado	62	95,4
Consumo de verduras cruas e/ou verduras e legumes cozidos		
Inadequado	47	72,3
Adequado	18	27,7
Consumo de frutas, ou suco das frutas		
Inadequado	32	49,2
Adequado	33	50,8

Fonte: Autoria própria.

Quanto ao comportamento alimentar de restrição foi verificado uma associação significativa ($p=0,03$) em relação ao consumo de hambúrgueres e embutidos, uma vez que os estudantes que apresentam um consumo adequado possuíam um maior comportamento de restrição ($27,62 \pm 9,9$) em relação aos que consomem de forma inadequada ($20,59 \pm 7,9$) (Tabela 3). Outro aspecto que apresentou uma associação significativa ($p=0,001$) foi em relação ao comportamento de ingestão externa em relação ao consumo de embutidos, neste caso, os estudantes que consumiam de forma inadequada apresentaram um maior comportamento de ingestão externa ($35,67 \pm 3,68$) quando comparados com os que consomem de forma adequada ($29,43 \pm 5,79$).

Foi possível observar a média dos tipos de comportamento alimentar dos estudantes, ficando evidenciado um maior escore para a ingestão alimentar externa, com média de $30,58 \pm 5,96$. Foi utilizado como referência (Leitão et al., 2013) os valores ≤ 26 para baixo comportamento e > 26 para alto comportamento.

Neste estudo, houve predominância do sexo feminino assim como no estudo de Vieira et al. (2008), pois esse público é característico em cursos da área de saúde. De acordo com o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (INEP), o sexo feminino representa 54,7% dos ingressantes no ensino superior e 59,2% dos concluintes (Brasil, 2020).

Tabela 3 - Distribuição dos estudantes do Curso de Nutrição segundo o consumo alimentar e os tipos de comportamento alimentar. Fortaleza, CE, 2019.

Variável	Restrição		Emocional		Externa	
	Média ± DP	p	Média ± DP	p	Média ± DP	p
Sucos industrializados prontos ou pré-prontos						
Inadequado	21,29 ± 7,20	0,16	28,43 ± 11,31	0,76	33,86 ± 4,02	0,13
Adequado	26,93 ± 10,05		29,81 ± 11,36		30,19 ± 6,05	
Refrigerantes						
Inadequado	23,33 ± 9,29	0,44	33,00 ± 13,02	0,45	32,67 ± 2,50	0,37
Adequado	26,63 ± 9,98		29,32 ± 11,16		30,37 ± 6,17	
Salgadinho de pacote, bolacha / biscoito salgado, doce ou recheado						
Inadequado	26,57 ± 1,90	0,92	27,79 ± 11,96	0,49	32,07 ± 5,23	0,30
Adequado	26,25 ± 9,72		30,18 ± 11,15		30,18 ± 6,12	
Chocolates, balas, e doces						
Inadequado	26,00 ± 9,76	0,87	30,37 ± 10,81	0,75	31,42 ± 5,42	0,47
Adequado	26,46 ± 10,06		29,37 ± 11,57		30,24 ± 6,19	
Hambúrguer e embutidos						
Inadequado	20,59 ± 7,9	0,03	34,17 ± 13,17	0,13	35,67 ± 3,68	0,001
Adequado	27,62 ± 9,9		28,64 ± 10,68		29,43 ± 5,79	
Pratos industrializados, pronto para aquecer ou fritar						
Inadequado	26,00 ± 7,81	0,95	20,67 ± 9,87	0,16	32,33 ± 5,69	0,61
Adequado	26,34 ± 10,04		30,10 ± 11,23		30,50 ± 6,00	
Verduras cruas e/ou verduras e legumes cozidos						
Inadequado	26,17 ± 9,63	0,84	30,26 ± 11,81	0,50	31,36 ± 6,03	0,09
Adequado	26,72 ± 10,84		28,11 ± 9,89		28,56 ± 5,39	
Frutas ou suco das frutas						
Inadequado	24,56 ± 9,6	0,16	29,72 ± 11,03	0,97	31,38 ± 5,60	0,30
Adequado	28,03 ± 9,98		29,61 ± 11,69		29,82 ± 6,27	

Fonte: Autoria própria.

Observou-se uma inadequação no consumo diário de frutas e verduras, assim como Feitosa e colaboradores (Feitosa et al., 2010), que destacou que a inadequação dos hábitos alimentares dos universitários com relação ao consumo de frutas, verduras e legumes, independente do gênero. Isto, provavelmente esteja relacionado com a vida apressada que os acadêmicos enfrentam, onde alimentos de fácil acesso são preferidos.

Os estudantes avaliados que apresentaram um consumo adequado de hambúrgueres e embutidos possuem maior comportamento de restrição em relação aos que consomem de forma inadequada. Segundo Bernadi et al. (2015), a restrição alimentar é realizada conscientemente, sendo uma estratégia comportamental e cognitiva usada para controlar o peso corporal. Com o achado, pode-se inferir que os jovens cada vez mais apresentam comportamento de restrição relacionado à alimentação para evitar mudanças indesejáveis no peso e estado físico corporal.

Destaca-se ainda que a maioria dos entrevistados consumiam hambúrguer e embutidos de forma inadequada apresentando um maior comportamento de ingestão externa quando comparados com os que consomem de forma adequada. Conforme Van Strien et al. (2012), a ingestão externa corresponde a uma tendência em resposta a estímulos externos relacionados com alimentos, como ver ou cheirar a comida.

Poll, Assmann e Molz (2016) destacaram que em ambos os sexos a ingestão é determinada por fatores externos, como também, existe uma tendência crescente à ingestão restritiva e emocional.

4. Conclusão

A maioria dos participantes apresentou um alto comportamento alimentar, com hábitos de restrição para alimentos ditos como embutidos, assim também como considerável comportamento para ingestão externa.

Sendo assim, estes resultados apontam para uma relação inadequada com o alimento e com o corpo, que pode ter consequências físicas e psíquicas e que deve ser considerada por profissionais de saúde e educadores para planejamento de estratégias de educação nutricional e programas de prevenção de transtornos alimentares. Destaca-se também a necessidade de mais estudos que correlacionem o consumo alimentar com o comportamento alimentar, especialmente em estudantes universitários, visto que são poucos os estudos na literatura com esta abordagem.

Logo, diante dos resultados encontrados sugere-se que as universidades intervenham de alguma maneira para tornar a passagem por este período mais tranquila e prazerosa e menos estressante, a fim de minimizar consequências danosas para o estado nutricional e de saúde dos estudantes. Entre as limitações da investigação é preciso ressaltar que pelo fato de a coleta ter sido feita por conveniência, não houve uma proporção das quantidades de participantes do sexo feminino e masculino, sugerindo-se um aprofundamento deste estudo ampliando a amostra e comparando com outras instituições de ensino.

Referências

- Almeida, G.A.N., Loureiro, S.A.R. & Santos, J.E. (2001) Obesidade mórbida em mulheres - estilos alimentares e qualidade de vida. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 51(4):359-365.
- Alvarenga, M., Figueiredo, M., Timerman, F. & Antonaccio, C.M.A. (2015) Nutrição Comportamental. Manole.
- Aquino, J.K., Pereira, P. & Reis, V.M.C.P. (2015) Hábito e consumo alimentar de estudantes do curso de nutrição das Faculdades de Montes Claros - Minas Gerais. *Revista Multitexto*, 3(1):82-88.
- Bernardi, F., Cichelero, C. & Vitolo, M.R. (2015) Comportamento de restrição alimentar e obesidade. *Revista de Nutrição*, 18(1):85-93.
- Brasil. (2014) Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde.
- Brasil. (2016) Ministério da Educação. Portal Brasil. Altos índices de desistência na graduação revelam fragilidade do ensino médio, avalia ministro.
- Brasil. (2020) Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Pesquisa Nacional de Saúde 2019. Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Brasília: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão.
- Canali, P., Fin, T.C., Hartmann, V., Gris, C. & Alves, A.L.S. (2022) Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Obesidade Nutrição e Emagrecimento*, 15(93):244-250.
- Feitosa, E.P.S., Dantas, C.A.O., Andrade-Wartha, E.R.S., Marcellini, P.S. & Mendes-Netto, R.S. (2010) Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no Nordeste, Brasil. *Alimentos e Nutrição*, 21(2):225-230.
- Kirsten, V.R., Fratton, F. & Porta, N.B.D. (2009) Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. *Revista de Nutrição*, 22(2):219-227.
- Landstrom, E., Hursti, U.K.K. & Magnusson, M. (2009) Functional foods compensate for an unhealthy lifestyle. Some Swedish consumers' impressions and perceived need of functional foods. *Appetite*, 53(1):34-43.
- Leitão, M., Pimenta, F., Herédia, T. & Leal, I. (2013) Comportamento alimentar, compulsão alimentar, história de peso e estilo de vida: diferenças entre pessoas com obesidade e com uma perda de peso bem-sucedida. *Alimentos e Nutrição = Brazilian Journal Food and Nutrition*, 24(4):393-401.
- Lima, J.R.N., Pereira, A.K.A.M., Nascimento, E.G.C. & Alchieri, J.C. (2013) Percepção do acadêmico de enfermagem sobre seu processo de saúde/doença durante a graduação. *Saúde e Transformação Social*, 4(4):54-62.
- Magalhães, P. (2011) Comportamento alimentar, estado nutricional e imagem corporal de estudantes de nutrição: aspectos psicossociais e percurso pedagógico. Tese (Doutorado em alimentos e Nutrição) – Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade Estadual Paulista. Araraquara, p.58.
- Munhoz, M.P., Oliveira, J., Anjos, J.C., Gonçalves, R.D., Lopes, J.F. & Celemi LG. (2017) Perfil nutricional e hábitos alimentares de universitários do curso de nutrição. *Revista Saúde UniToledo*, 1(2):68-85.
- Paixão, L.A.D., Dias, R.M.L. & Prado, W.L.D. (2010) Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do Recife/PE. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 15(3):145-150.

Santos, C.C.P., Fabiana, A. & Molz, P. (2016) Relação entre o estado nutricional, comportamento alimentar e satisfação corporal de escolares adolescentes de Santa Cruz do Sul, RS. *Cinergis*, 17(4):1-6.

Van Strien, T., Frijters, J.E.R., Bergers, G.P.A. & Defares, P.B. (1986) The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 5(2):295-315.

Van Strien, T., Herman, P. & Verheijden, M.W. (2012) Eating style, overeating, and weight gain. A prospective 2-year follow-up study in a representative Dutch sample. *Appetite*, 59:782-789.

Viana, V. & Sindi, S. (2003) Estilo alimentar: Adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. *Psicologia Teoria, Investigação e Prática*, 8(1-2):59-71.

Vieira, C.M., Sabadin, E. & Oliveira M. R. M. (2008) Avaliação das práticas alimentares e do estado nutricional de universitárias do primeiro ano de nutrição. *Revista Simbiologias*, 1(1):87-98.