

## **Comportamento alimentar, insatisfação corporal e ortorexia nervosa: uma revisão sobre a relação entre esses fatores**

**Eating behavior, body dissatisfaction and orthorexia nervosa: a review of the relationship between these factors**

**Comportamiento alimentario, insatisfacción corporal y ortorexia nerviosa: una revisión de la relación entre estos factores**

Recebido: 24/08/2023 | Revisado: 07/09/2023 | Aceitado: 08/09/2023 | Publicado: 11/09/2023

### **Rhuan Ferreira da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-0114-6604>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [rhuan.ferreira61@gmail.com](mailto:rhuan.ferreira61@gmail.com)

### **Maria Eduarda Leal Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-1461-8878>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [eduardaleal2404@gmail.com](mailto:eduardaleal2404@gmail.com)

### **Jennifer Cantanhede Nunes Pinto**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-6241-2904>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
E-mail: [jennifercantanhede@gmail.com](mailto:jennifercantanhede@gmail.com)

### **Rafaella Maria Monteiro Sampaio**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9994-1916>  
Centro Universitário Christus, Brasil  
Centro Universitário Estácio, Brasil  
E-mail: [rafaellasampaio@yahoo.com.br](mailto:rafaellasampaio@yahoo.com.br)

### **Resumo**

**Objetivo:** O presente estudo realizou uma revisão sistemática com o objetivo de investigar os fatores relacionados ao comportamento alimentar, insatisfação corporal e ortorexia nervosa em estudantes universitários. **Métodos:** Foram analisados 26 artigos disponíveis nas bases de dados LILACS, SciELO e Pubmed, abrangendo estudos publicados entre 2012 e 2023. **Resultados:** Os resultados revelaram uma alta prevalência de ortorexia nervosa entre os universitários, especialmente em mulheres e estudantes do curso de nutrição. Além disso, os estudantes com alta insatisfação corporal apresentaram menor prática de atividade física e maior restrição alimentar. **Conclusão:** Com base nas informações apresentadas, conclui-se que é essencial implementar intervenções preventivas para lidar com os riscos psicossociais associados à ortorexia nervosa. Também destaca-se a necessidade de desenvolver um questionário específico e válido para o diagnóstico e avaliação dessa condição, bem como a realização de estudos longitudinais e prospectivos para aprofundar o entendimento sobre a prevalência e os fatores de risco da ortorexia nervosa na população estudantil.

**Palavras-chave:** Comportamento alimentar; Imagem corporal; Ortorexia nervosa.

### **Abstract**

**Objective:** The present study carried out a systematic review with the objective of investigating factors related to eating behavior, body dissatisfaction and orthorexia nervosa in university students. **Methods:** We analyzed 26 articles available in the LILACS, SciELO and Pubmed databases, covering studies published between 2012 and 2023. **Results:** The results revealed a high prevalence of orthorexia nervosa among university students, especially in women and students of the nutrition course. Furthermore, students with high body dissatisfaction will present less physical activity and greater dietary restrictions. **Conclusion:** Based on the information presented, I conclude that it is essential to implement preventive interventions to deal with the psychosocial risks associated with orthorexia nervosa. It is also highlighted the need to develop a specific and valid questionnaire for the diagnosis and evaluation of the condition, as well as the performance of longitudinal and prospective studies to deepen the understanding of the prevalence and risk factors of orthorexia nervosa in the student population.

**Keywords:** Feeding behavior; Body image; Orthorexia nervosa.

## Resumen

**Objetivo:** O presente estudo realizou uma revisão sistemática com o objetivo de investigar os factores relacionados con el comportamiento alimentario, insatisfação corporal e ortorexia nerviosa en estudiantes universitarios. **Métodos:** Foram analizados 26 artigos disponíveis nas bases de dados LILACS, SciELO y Pubmed, abrangendo estudos publicados entre 2012 y 2023. **Results:** Os resultados revelam uma alta prevalência de ortorexia nervosa entre os universitários, especialmente em mulheres e estudantes do curso de nutrição. Além disso, os estudantes com alta insatisfação corporal apresentaram menor prática de atividade física e maior restrição alimentar. **Conclusión:** Com base nas informações apresentadas, conclui-se que é essencial implementar intervenções preventivas para lidar com os riscos psicossociais associados à ortorexia nervosa. Também destaca-se una necesidad de desenvolver un cuestionario específico y válido para o diagnóstico y evaluación dessa condição, bem como una realización de estudios longitudinales y prospectivos para aprofundar o interpretación sobre una prevalencia y os factores de riesgo de ortorexia nerviosa en la población estudiantil.

**Palabras clave:** Comportamiento alimentario; Imagen corporal; Ortorexia nerviosa.

## 1. Introdução

A alimentação é um aspecto fundamental da vida humana e desempenha um papel essencial na saúde e no bem-estar. No entanto, o comportamento alimentar é influenciado por vários fatores como, biológicos, psicológicos, sociais e ambientais (Carnell & Wardle, 2007). Esses fatores determinam as escolhas pessoais, e essas contribuem para a formação de hábitos alimentares, costumes e decisões feitas pelo indivíduo que interferem diretamente a qualidade de vida, pois podem colaborar para o desenvolvimento ou agravos à saúde e/ou contribuir para evitá-los (Lago et al., 2016).

Atualmente, a sociedade impõe um padrão corporal, que muitas vezes é pouco realista e as mídias sociais frequentemente apresentam corpos com baixo percentual de gordura e alta definição muscular, características corporais consideradas perfeitas. Essa idealização do corpo pode levar a uma pressão social para atingir esse padrão, o que pode afetar a imagem corporal, a percepção subjetiva que uma pessoa tem de seu próprio corpo, incluindo dimensões, formas, características e funcionalidades (Stice; Shaw, 2002).

Essa pressão social somada a uma inconsistência entre o corpo real e o corpo idealizado podem desencadear transtornos alimentares, caracterizados por perturbações no comportamento alimentar e levar a graves consequências para a saúde física e mental, os transtornos mais comuns incluem anorexia e bulimia nervosa. Entretanto, estes vêm deixando de ser os únicos, dando lugar a transtornos como a ortorexia nervosa (ON) e a vigorexia (Burt et al., 2020).

Identificada em 1997 pelo médico americano Steven Bratman, a ortorexia nervosa foi definida como a busca obsessiva pela alimentação saudável e escolha de alimentos puros, evitando alimentos considerados "não saudáveis", com regras dietéticas inflexíveis, preocupações recorrentes e persistentes relacionadas à comida e comportamentos compulsivos, indivíduos com ortorexia nervosa podem ter uma percepção distorcida do próprio corpo, mesmo que estejam em um peso saudável (Lorenzon et al., 2020). Essa situação pode levar a uma restrição e deficiências nutricionais, além de problemas psicológicos e sociais afetando a qualidade de vida do indivíduo (Kalra et al., 2020).

O número de profissionais da área da saúde, principalmente nutricionistas, que apresentam transtornos alimentares, inclusive a ON, tem aumentado, pois estão sujeitos a uma pressão social maior, onde padrões de beleza muitas vezes inatingíveis são exigidos (De Oliveira Ainet et al., 2017). Associados a corpos magros e a um estilo de vida saudável, justificado por seu conhecimento sobre alimentos e saúde (Lizot & Nicoletto, 2019).

No meio universitário tem-se observado que a rotina pode interferir na manutenção de uma alimentação adequada devido a alterações na rotina, carga de trabalhos acadêmicos, alterações comportamentais, nível de estresse, dietas da moda e dificuldade com a organização (Loureiro, 2016). O estudo do comportamento alimentar e dos padrões alimentares no âmbito universitário possibilita a criação de estratégias visando a promoção da saúde, devido às variadas abordagens e grande campo de pesquisa em que o termo se insere (Marconato et al., 2016).

Até o momento, nenhuma pesquisa buscou a associação da identificação de comportamentos alimentares de

universitários e sua correlação direta com o risco do desenvolvimento de ortorexia nervosa, somado a distorção/insatisfação da imagem corporal. Encontra-se aqui uma oportunidade de colaborar por meio da pesquisa, fornecendo resultados que possam direcionar para ações estratégicas que auxiliem na formação de novos profissionais.

Acredita-se que existe a necessidade de um trabalho destinado aos acadêmicos, para que haja minimização do desenvolvimento de transtornos. Sendo assim, é necessário que o profissional seja bem instruído durante a sua formação, pois, apenas o cuidar do outro não basta, e o cuidar de si mesmo torna-se essencial para que o atendimento seja realizado com excelência e assim, apresente bons resultados. Vale ressaltar que o adoecimento do profissional além de afetar a sua qualidade de vida, pode repercutir diretamente em seu desempenho no atendimento à população.

Diante do exposto, a realização de uma revisão sobre esta temática se torna um trabalho útil tanto para a população de estudo, quanto para o meio científico, pois ao analisar os comportamentos alimentares e associar com insatisfação corporal e o risco de desenvolvimento de ortorexia nervosa, irá possibilitar uma visão de como se encontra a relação entre essas variáveis. Assim, o presente estudo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática para investigar os fatores relacionados com o comportamento alimentar, insatisfação corporal e ortorexia nervosa em estudantes universitários.

## 2. Metodologia

O estudo trata-se de uma revisão sistemática, que busca organizar resultados sobre um determinado assunto de modo sistemático, coeso e abrangente. Esse estudo recebe essa denominação pois compila informações amplas sobre um determinado assunto de forma imparcial e objetiva (Rother, 2007).

Assim, buscou-se a partir da presente revisão trabalhos que respondessem a seguinte pergunta norteadora: quais os fatores que estão relacionados com o comportamento alimentar, insatisfação corporal e ortorexia nervosa em estudantes universitários?

O levantamento bibliográfico foi realizado no período de novembro de 2022 a janeiro de 2023. A busca foi realizada nas bases de dados científicos: LILACS, SciELO, e Pubmed. Foram utilizados os seguintes descritores disponíveis nos descritores em Ciências da Saúde DeCS: ortorexia nervosa, comportamento alimentar, e imagem corporal. Foram empregados os operadores booleanos AND e OR, realizando combinações/cruzamentos distintos nas bases de dados.

A escolha dessas bases de dados científicas sucedeu-se pelo fato de terem uma maior relevância na área da saúde, e por abrangerem estudos recentes e de alto impacto, que auxiliam os profissionais da saúde a seguir condutas de maneira segura, diante desse transtorno alimentar na atualidade.

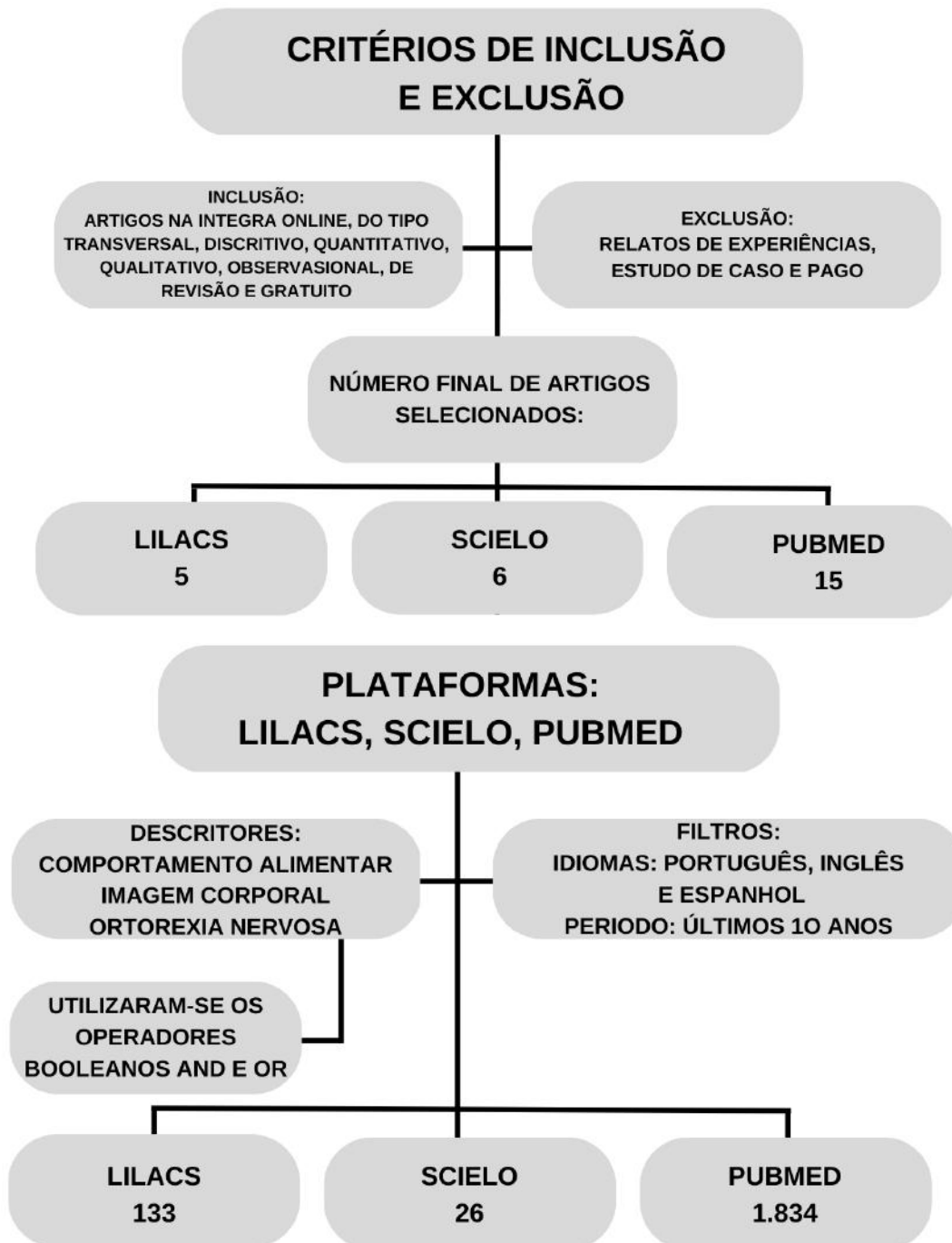
Os critérios de inclusão nesse estudo, foram: Artigos na íntegra online, do tipo transversal, descritivo, quantitativo, qualitativo, observacional, exploratório e de revisão, nos idiomas inglês, espanhol e português, que foram publicados nos últimos 10 anos. Os critérios de exclusão foram: relatos de experiências, estudos de caso e artigos pagos.

Em seguida realizou-se a leitura prévia dos títulos e resumos dos estudos, selecionando os de maior relevância e que mais contribuíram para a elaboração do presente artigo e após a leitura completa dos artigos previamente selecionados a amostra constituiu de 9 artigos em português, 15 artigos em inglês e 2 artigos em espanhol para construção deste estudo.

Os títulos dos artigos selecionados no idioma inglês e espanhol foram preservados no quadro de resultados, entretanto, o objetivo, resultados foram traduzidos para o idioma português com a ajuda da plataforma google tradutor para a melhor compreensão e clareza das informações descritas.

Abaixo, na Figura 1, é possível visualizarmos o fluxograma da busca de dados.

**Figura 1** – Fluxograma da seleção de artigos.



Fonte: Elaborado pelos autores.

### 3. Resultados e Discussão

Conforme os cruzamentos dos descritores, os primeiros resultados obtidos nas plataformas foram: LILACS: 133 artigos; PUBMED: 1.834 artigos; e por fim, Scielo: 26 artigos. Após a utilização dos filtros de pesquisa houve um declínio no número de artigos e após a sua análise, seleção, elegibilidade e leitura na íntegra dos artigos, foram selecionados 26 artigos elegíveis para compor o corpus da pesquisa. Foi constatado que o maior quantitativo de artigos se deu quando houve o cruzamento dos descritores “Comportamento alimentar e imagem corporal”. A partir dos resultados do presente estudo, foi elaborado um quadro acerca do tema o qual apresenta os artigos de acordo com periódico, autor e ano de publicação, bem como o título, tipo de estudo, objetivo, desenho, local, tamanho da amostra, variáveis, principais resultados e conclusão.

O Quadro 1, a seguir, apresenta o resultado das filtrações realizadas e, que se constituem no "corpus" da pesquisa. Dos 26 artigos revisados, 12 deles foram conduzidos no Brasil, enquanto os outros 14 foram realizados em diferentes países, principalmente na Europa. Conforme pode ser observado no quadro 1 a seguir, quanto ao ano de publicação, foi observado que em 2012 foi publicado um artigo, em 2014 foram publicados dois, em 2015 também foram publicados dois, em 2016 foi publicado um, em 2017 foram publicados quatro, em 2018 foram publicados três, em 2019 foram publicados dois, em 2020 foi publicado um, em 2021 foram publicados quatro, em 2022 foram publicados cinco, e até o momento da coleta de dados em 2023, foi publicado um novo artigo. Essa distribuição geográfica e temporal dos estudos evidencia o interesse e a relevância crescente do tema da ortorexia nervosa, tanto no Brasil quanto em outros países, ao longo dos últimos anos.

**Quadro 1** - Estudos incluídos na revisão sistemática em relação ao ano de publicação, aos autores, título dos artigos, objetivo e principais resultados.

Autores e ano	Título do trabalho	Objetivo do trabalho	Desenho do estudo	Principais resultados	Conclusão dos autores
Gottardi et al, 2023	Disordered eating during COVID-19 pandemic is associated with nutritional status, negative mood changes, and body image in university students	Avaliar os transtornos alimentares e fatores associados em universitários no período inicial da pandemia de COVID-19 no Brasil.	Transversal	434 alunos ganharam peso no último mês, a maioria não segue perfil fitness/saúde nas redes sociais. A maioria apresentou maior percentual de insatisfação corporal. Quanto à avaliação dos transtornos alimentares a hipótese é que as variáveis podem impactar em uma ↓ ou ↑ chance de uma alimentação desordenada.	Sinais/sintomas de síndrome gripal, alterações de humor, ganho de peso, seguir um perfil de fitness/saúde nas redes sociais, além de percepção corporal inadequada e insatisfação corporal, estiveram associados a maior chances de pontuações mais altas na escala de transtornos alimentares.
Kapoor et al, 2022	Relationship of eating behavior and self-esteem with body image perception and other factors among female college students of University of Delhi	Avaliar o comportamento alimentar (CA) e o nível de autoestima, sua relação com a percepção da imagem corporal (IC) e identificar fatores associados em universitárias	Transversal	O CA foi associado ao estado nutricional, pressão dos familiares, influências da mídia que foram associadas a um ↓ nível de auto-estima, ↑ nível de preocupação corporal e ↑ grau de insatisfação corporal foram vistos como tendo CA e ↓ nível de auto-estima de ↑ risco.	Níveis ↑ de preocupação com a forma corporal foram associados a um ↑ grau de insatisfação com a imagem corporal e comportamento alimentar de risco e ↓ autoestima.
Hao et al, 2022	Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China	Explorar a relação entre insatisfação corporal, atividade física insuficiente e comportamentos alimentares (CA) desordenados entre estudantes universitários chineses.	Quantitativo	Mulheres apresentaram ↑ nível de insatisfação corporal. As taxas de sobrepeso e obesidade dos homens foram maiores, além do IMC, percentual de gordura, massa muscular e atividade física. As pontuações de cada item de (CA) foram maiores para as mulheres. A pontuação média da alimentação externa e alimentação emocional das mulheres foram maiores.	Estudantes universitários com alta insatisfação corporal apresentaram ↓ escores de atividade física e ↑ escores de restrição alimentar.
Caferoglu; Toklu, 2022	Orthorexia Nervosa in Turkish dietitians and dietetic students	Determinar a prevalência de ON entre uma amostra de nutricionistas e estudantes de dietética na Turquia e investigar a associação com características sociodemográficas e atitudes alimentares.	Quantitativo	A prevalência de ON entre os nutricionistas turcos foi de 59,8%, com uma proporção ↑ em estudantes de dietética. Enquanto a graduação foi associada a chances de 33,1% menores de ON, os transtornos alimentares podem ↑ o risco de ON aproximadamente cinco vezes.	Os achados podem lançar luz sobre a relevância do desenvolvimento de estratégias para reduzir a prevalência de ON na população dietética, mas precisam ser apoiados por + estudos longitudinais e prospectivos.
Yardımcı; Demirer, 2022	The effect of orthorexia nervosa on food label reading habits among university students	Avaliar os hábitos de leitura de rótulos de alimentos em universitários com e sem tendência à ortorexia nervosa	Transversal	Indivíduos com tendência ON leem alguns nutrientes, informações de conteúdo, tamanho da porção, informações de saúde, instruções de uso, aditivos e marca com + frequência.	Indivíduos com tendência ON eram + propensos a concordar com a ideia de que ler os rótulos dos alimentos é importante para uma dieta saudável.
Elias et al, 2022	Associations between Orthorexia Nervosa, Body Self-Image, Nutritional Beliefs, and Behavioral Rigidity	Identificar a prevalência de ortorexia nervosa e testar se existem associações entre esse padrão alimentar, distorções da imagem corporal, IMC e sexo.	Transversal	Foi encontrada associação positiva entre sexo masculino e não ter distorção da autoimagem e associação positiva entre sexo feminino e ter distorção grave da autoimagem corporal.	Mulheres são + propensas a ter ON com grave distorção da autoimagem e rigidez comportamental. Verificou-se também que quanto ↑ o nível de distorção da autoimagem, ↑ a presença de crenças nutricionais não saudáveis.
Ruiz; Quiles, 2021	Prevalence of Orthorexia Nervosa in Spanish university students: relationship with body image and eating disorders	Examinar a prevalência de ON e analisar sua relação com a autoimagem e o comportamento de TA em estudantes universitários.	Transversal	↑ tendências ortoréxicas em mulheres, ↑ risco de ON apresentaram ↑ IMC, ↑ proporção de veganismo/vegetarianismo e pontuações + ↑ no MBSRQ-45.	Maior prevalência de ON e sua relação com pior auto imagem, preocupação com a aparência física e comportamentos de TA.
White et al, 2021	A qualitative investigation of Orthorexia Nervosa among U.S. college students: Characteristics and sociocultural influences	Examinar qualitativamente atitudes e comportamentos relacionados ao ON entre estudantes universitários dos EUA	Quantitativo	Seis temas emergiram da análise temática, todos relacionados à qualidade da dieta, alimentos saudáveis, imagem corporal, alimentação desordenada e a influência social e midiática.	Os sintomas da ON podem ser concomitantes a uma evolução de outras apresentações de transtornos alimentares.



Santos et al, 2021	Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área da saúde	Avaliar a associação da IC e o CA de universitários de uma capital do Nordeste do Brasil	Transversal	Os homens subestimam a imagem corporal e as mulheres superestimam o tamanho do corpo.	As mulheres que superestimam o tamanho corporal obtiveram associação inversa com a dimensão alimentar restritiva; as insatisfeitas possuem associação direta entre a alimentação restritiva e inversa com o CA. Já os homens que superestimam o tamanho corporal possuem associação com a alimentação emocional.
De Oliveira et al, 2021	Relação entre comportamentos de risco para ortorexia nervosa, mídias sociais e dietas em estudantes de nutrição	Identificar comportamentos de risco para ON e sua relação com as mídias sociais, prática de dietas da moda e período letivo cursado em estudantes de nutrição de uma instituição de ES em São Paulo.	Transversal	72% dos participantes apresentam CA com tendência a ON, com ↑ prevalência no 1º semestre, 77% dos indivíduos que adotam dietas da moda possuem risco de apresentar comportamentos ortoréxicos. O uso frequente de redes sociais relacionada à dieta e alimentação saudável foi ↑ em indivíduos com comportamentos ortoréxicos.	Estudantes de nutrição revelaram-se um grupo suscetível a comportamentos ortoréxicos, que estão relacionados aos semestres cursados, à prática de realizar dietas e ao uso de mídias sociais. A conscientização dessa prática e a prevenção são necessárias devido aos riscos psicossociais.
Brytek-Matera et al, 2020	Evaluation of Orthorexia Nervosa and Symptomatology Associated with Eating Disorders among European University Students: A Multicentre Cross-Sectional Study	Avaliar a prevalência de ortorexia nervosa em estudantes universitários na Espanha e na Polônia.	Transversal	A maioria dos participantes com ON tinha peso normal. Em relação aos participantes classificados como não tendo ON, 8,1% tem risco para ON, sendo 41 espanhóis e 27 poloneses.	2,3% dos alunos na Espanha e 2,9% dos alunos na Polónia ultrapassaram o corte preliminar da pontuação de ON, enquanto 8,6% dos alunos espanhóis e 7,4% da amostra polonesa estavam em risco de desenvolver ON.
Parra-Fernández et al, 2019	Assessing the Prevalence of Orthorexia Nervosa in a Sample of University Students Using Two Different Self-Report Measures	Comparar a prevalência de ON em uma única população usando 2 questionários.	Quantitativo	64 participantes com ON enquanto 576 não apresentavam prevalência de ON. De acordo com o ORTO, 161 apresentava indícios de ortorexia nervosa.	As diferentes taxas de prevalência encontradas nos levam a afirmar o desenvolvimento de um questionário abrangente sobre o padrão da doença.
Plichta et al, 2019	Orthorexic Tendency in Polish Students: Exploring Association with Dietary Patterns, Body Satisfaction and Weight	Avaliar as associações da tendência ON com padrões alimentares e satisfação corporal.	Quantitativo	Alunos de cursos relacionados à saúde pontuaram significativamente + baixo no ORTO-15 e apresentaram ↑ tendência a ON.	Não houve insatisfação corporal entre as pessoas com tendência ON, as pessoas com tendência ON estavam + satisfeitas, não houve relação entre tendência ON e IMC.
Silva et al, 2018	Impact of inherent aspects of body image, eating behavior and perceived health competence on quality of life of university students	Avaliar o impacto de aspectos inerentes à imagem corporal, comportamento alimentar e competência em saúde percebida na qualidade de vida de universitários.	Transversal	↓ insatisfação corporal = ↑ competência para administrar a saúde, + expectativas, + desempenho e - desistência do curso. + consumo medicamentos e suplementos = ↑ insatisfação corporal.	Quanto ↓ a preocupação com a forma corporal e a insatisfação com a aparência corporal, ↑ a qualidade de vida.
Penaforte et al, 2018	Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado	Identificar a prevalência de comportamentos com tendência a ON e suas associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado em estudantes de nutrição	Transversal	Os estudantes com ON apresentaram + insatisfação corporal e não foi observada associação entre a ON e o período cursado.	Estudantes de nutrição parecem ser uma população especialmente em risco para tendência à ON, independentemente do período cursado, preocupações com alimentação podem facilitar o desenvolvimento de comportamentos alimentares associados a ON.
Mazzaia; Santos, 2018	Fatores de risco para transtornos alimentares em graduandos de enfermagem	Identificar a presença de fatores de risco em estudantes de enfermagem para o desenvolvimento de transtornos alimentares.	Transversal	Associação significativa entre comportamento alimentar de risco e o IMC ↑ do estado de eutrofia; associação significativa entre preocupação com a imagem corporal e o ano de graduação. Graduandos + jovens apresentaram-se com ↑ risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.	Graduandos de enfermagem apresentaram fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares com a presença de preocupação com imagem corporal e alteração de comportamento alimentar.
Karakus et al, 2017	Orthorexia nervosa tendency among students of the department of nutrition and dietetics at a university in Istanbul	Determinar uma pontuação da escala de ON e avaliar a tendência ortoréxica entre estudantes de nutrição e dietética de acordo com	Transversal	A tendência ortoréxica foi ↑ no sexo masculino e nos estudantes que residiam com a família.	A avaliação adicional de hábitos alimentares individuais, comportamento alimentar e características de personalidade lançaria luz sobre as razões da diferença entre os grupos de gênero.

		características sociodemográficas.			
Da Silva et al, 2017	Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de Educação física, Nutrição e Estética	Verificar a correlação da checagem e a insatisfação corporal com o CA em acadêmicos do curso de Nutrição, Ed. Física e Estética.	Transversal	No curso de Nutrição o IMC e a checagem corporal foi ↑ nos homens que nas mulheres.	Para os estudantes de Nutrição, além da insatisfação com o corpo, a checagem corporal também acrescentou explicação aos CA.
Vital et al, 2017	Risco para o desenvolvimento de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes universitários.	Avaliar o risco para o desenvolvimento de ON e o CA de estudantes universitários	Quantitativo	33 indivíduos apresentam comportamento de risco, sendo 88% do sexo masculino e 73,3% do sexo feminino.	A partir dos dados foi possível perceber comportamentos de risco para ON. A presença desse quadro em números elevados é preocupante.
Oliveira et al, 2017	Insatisfação, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudantes de cursos da saúde	Comparar os níveis de insatisfação corporal, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre graduandas de diferentes cursos da área de saúde.	Transversal	Foi encontrada associação significativa das variáveis checagem corporal e insatisfação corporal para quase todos os cursos, exceto Nutrição, sendo Farmácia aquela que apresentou relação forte entre essas variáveis.	Não houve diferenças significativas para as variáveis insatisfação corporal, checagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre as estudantes dos cursos da área de saúde.
Fehrman-Rosas et al, 2016	Asociación entre autopercepción de imagen corporal y patrones alimentarios en estudiantes de Nutrición y Dietética	Associar os padrões alimentares com a autopercepção do estado nutricional em universitários chilenos de Nutrição e Dietética.	Transversal	Os alunos que superestimam o peso apresentam ↓ percentual de adesão no consumo de frutas e hortaliças por dia.	Estudantes que apresentam um consumo adequado de frutas e hortaliças definem sua alimentação como saudável e ideal.
Brytek-Matera et al, 2015	Orthorexia nervosa and self-attitudinal aspects of body image in female and male university students	Investigar a ON, ou o fenômeno de estar preocupado em consumir alimentos saudáveis	Transversal	Em estudantes do sexo feminino, foi evidenciado uma forte preocupação com uma alimentação saudável negativamente ligada a preocupação com a imagem corporal.	Mulheres com ortorexia nervosa eram menos propensas a: prestar atenção à sua aparência e levar um estilo de vida fisicamente saudável.
Ureña-Molina et al, 2015	Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la imagen corporal en estudiantes de enfermería	Determinar a relação entre CA de risco e IC em estudantes universitários de enfermagem do primeiro semestre.	Quantitativo	Houve maior proporção de alunos pertence ao sexo feminino, com idades entre 16 a 28 anos, solteiras, morando com os pais, onde possuem estado nutricional normal não apresentando CA de risco e estando satisfeitas com sua IC.	A maioria não apresenta CA de risco e os que apresentam podem ter repercussões no desempenho acadêmico. Da mesma forma, a maioria apresentou uma apreciação satisfatória de sua IC e uma pequena porção estava insatisfeita.
Souza; Rodrigues, 2014	Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição	Identificar comportamento de risco para o desenvolvimento de ON em estudantes de Nutrição	Transversal	112 alunas do curso de Nutrição apresentaram distúrbio da imagem corporal. Quanto à ortorexia nervosa, 133 das alunas apresentavam risco de desenvolver.	Um número considerável das alunas do curso de Nutrição apresenta comportamento ortoréxico e distúrbio da imagem corporal.
Ohara et al, 2014	Eating behavior and perception of body shape in Japanese university students	Investigar a relação entre o CA medido pelo Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA) e a percepção da forma corporal	Quantitativo	As pontuações do QHCA para alimentação restrita, emocional e externa foram ↑ nas mulheres. A restrição alimentar foi associada negativamente com a discrepância entre o peso e IMC atual e ideal em ambos os sexos.	Em estudantes universitários japoneses, as diferenças de gênero na forma corporal ideal estão relacionadas ao comportamento alimentar.
Legnani et al, 2012	Transtornos alimentares e imagem corporal em acadêmicos de Educação Física	Identificar as associações entre excesso de peso corporal, provável transtorno alimentar e distorção da imagem corporal em acadêmicos de educação física	Transversal	A presença de transtorno alimentar esteve associada às distorções da imagem corporal e não ao estado nutricional. Já a distorção com a imagem corporal esteve associada tanto com o provável distúrbio alimentar e com o estado nutricional. Os universitários com distorção da imagem corporal apresentaram uma prevalência 5,29 vezes ↑ de transtorno alimentar em relação ao grupo sem distorção.	Os indicadores de transtorno alimentar e distorção da imagem corporal foram superiores no grupo feminino e a ↑ prevalência de excesso de peso no sexo masculino.

Fonte: Elaborado pelos autores.



Sabe-se que a ortorexia nervosa é um tema relevante e cada vez mais discutido, especialmente no contexto universitário, já que os estudantes frequentemente enfrentam diversas pressões e demandas acadêmicas e sociais (Carnell; Wardle, 2007), o que pode afetar sua relação com a alimentação e a autoimagem corporal. Assim, compreender os fatores que contribuem para o desenvolvimento da ortorexia nervosa nessa população é essencial para identificar potenciais intervenções preventivas.

Nos estudos revisados, observou-se uma alta prevalência para o desenvolvimento de ortorexia nervosa (ON) entre os estudantes universitários, com implicações negativas para a autoimagem e comportamentos de transtornos alimentares (TA), com níveis mais altos de preocupação com a forma corporal associados a uma maior insatisfação com a imagem corporal e baixa autoestima entre estudantes do sexo feminino (Legnami et al., 2012).

Além disso, os resultados encontrados são similares aos resultados de Elias et al., (2022) que apontaram para diferenças de gênero na concepção de uma forma corporal ideal e seu impacto nos comportamentos alimentares em universitárias do sexo feminino, sendo essas mais propensas a desenvolverem um padrão alimentar relacionado à ON.

Os achados de Penaforte et al., (2018) sugerem que os estudantes de nutrição são particularmente mais suscetíveis à tendência à ortorexia nervosa, independentemente do período cursado, o que pode ser atribuído à frequente preocupação com alimentação saudável nesse grupo, diferente de Oliveira et al., (2017) que diz que não há diferença significativa de risco de desenvolvimento de ON entre os cursos da área da saúde.

Além disso, Hao al., (2022) verificou que estudantes com alta insatisfação corporal apresentaram menor prática de atividade física e maior restrição alimentar, esses resultados indicam a necessidade de intervenções preventivas que promovam um conceito positivo sobre a autoimagem, a construção de pensamento crítico em relação a padrões de imagem para a redução da pressão midiática e social.

Diante das evidências científicas, enfatiza-se que a conscientização e a prevenção são fundamentais para lidar com os riscos psicossociais associados à ortorexia nervosa, que podem afetar negativamente o desempenho acadêmico, as relações interpessoais e a qualidade de vida dos estudantes universitários.

Embora estejam disponíveis alguns instrumentos para avaliar a ortorexia nervosa, os resultados destacam a importância de desenvolver um questionário abrangente, específico e válido para o diagnóstico e avaliação dessa condição, além da necessidade de mais estudos longitudinais e prospectivos para apoiar os achados desta revisão e aprimorar o entendimento sobre a prevalência e os fatores de risco da ortorexia nervosa na população estudantil.

#### **4. Conclusão**

Este artigo teve como objetivo investigar os fatores relacionados com o comportamento alimentar, insatisfação corporal e ortorexia nervosa em estudantes universitários, por meio de uma revisão sistemática de 26 artigos disponíveis para consulta, dentre os principais achados, revelou-se uma alta prevalência de ortorexia nervosa entre os universitários, especialmente em mulheres e estudantes do curso de nutrição foram identificados como grupos suscetíveis para desenvolvimento da ortorexia nervosa, independente do período cursado.

Além disso, verificou-se que os estudantes com alta insatisfação corporal apresentaram menor prática de atividade física e maior restrição alimentar. Baseado nas informações apresentadas, conclui-se que a ortorexia nervosa é um tema relevante e que deve ser discutido para compreender os fatores que contribuem para o desenvolvimento da ON e identificar potenciais intervenções preventivas.

Diante desses resultados, é crucial implementar intervenções preventivas para lidar com os riscos psicossociais associados à ortorexia nervosa, além de destacar a importância de desenvolver um questionário específico e válido para o diagnóstico e avaliação dessa condição.

Por fim, diante dos resultados encontrados sugere-se um aprofundamento deste estudo ampliando as buscas nas bases de dados incluindo outros descritores relacionados com a temática.

## Referências

- Burt, A., Mitchison, D., Dale, E., Bussey, K., Trompeter, N., Lonergan, A. & Hay, P. (2020) Prevalence, features and health impacts of eating disorders amongst First-Australian Yirramarang (adolescents) and in comparison with other Australian adolescents *Journal of eating disorders*, 8 (10), 1-10.
- Brytek-Matera, A., Onieva-Zafra, M. D., Parra-Fernández, M. L., Staniszevska, A., Modrzejewska, J. & Fernández-Martínez, E. (2020) Evaluation of Orthorexia Nervosa and Symptomatology Associated with Eating Disorders among European University Students: A Multicentre Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 12 (3716), 1-13.
- Brytek-Matera, A., Donini, L. M., Krupa, M., Poggiogalle, E. & Hay, P. (2015) Orthorexia nervosa and self-attitudinal aspects of body image in female and male university students. *Journal of eating disorders*, 3 (2), 1-8.
- Caferoglu, Z. & Toklu, H. (2022) Orthorexia Nervosa in Turkish dietitians and dietetic students. *Encephale*, 48 (1), 13-19.
- Carnell, S. & Wardle, J. (2007). Medindo a suscetibilidade comportamental à obesidade: validação do questionário de comportamento alimentar infantil. *Appetite*, 48 (1), 104-113.
- Da Silva, N. L. N., Soares, T. O., Neves, C. M., Meireles, J. F. F., Carvalho, P. H. B. & Ferreira, M. E. C. (2017) Insatisfação e checagem corporal e comportamento alimentar em estudantes de Educação Física, Nutrição e Estética. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 25 (2), 99-106.
- De Oliveira, M. F., Maglioni, A. B. R. R., Marais, B. A. B., Borges, L. R., Seraim, L. H. M. & Ganen, A. P. (2021) Relationship between risk behaviors for orthorexia nervosa, social media and diets in nutrition students. *Saúde e Pesquisa*, 14 (supl 1), 1-14.
- De Oliveira Ainet, W. S., Costa, V. V. L. & De Sá, N. N. B. (2017) Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 11 (62), 75-85.
- Elias, M. C., Gomes, D. L. & Paracampo, C. C. P. (2022) Associations between Orthorexia Nervosa, Body Self-Image, Nutritional Beliefs, and Behavioral Rigidity. *Nutrients*, 14 (4578), 1-11.
- Fehrman-Rosas, P., Delgado-Sánchez, C., Fuentes-Fuentes, J., Hidalgo-Fernández, A., Quintana-Muñoz, C., Yunge-Hidalgo, W., Fernández-Godoy, E. & Durán-Aguero, S. (2016) Asociación entre autopercepción de imagen corporal y patrones alimentarios en estudiantes de Nutrición y Dietética. *Nutr Hosp.*, 33 (3), 649-654.
- Gottardi, N. R. M., Pereira, A. C. D. F., Cattafesta, M., Salaroli, L. B. & Soares, F. L. P. (2023) Disordered eating during COVID-19 pandemic is associated with nutritional status, negative mood changes, and body image in university students. *J Health Psychol.*, 28 (8), 774-786.
- Hao, M., Fang, Y., Yan, W., Gu, J., Hao, Y. & Wu, C. (2022) Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. *BMC Public Health.*, 22 (2054), 1-7.
- Kalra, S., Kapoor, N. & Jacob, J. (2020) Orthorexia nervosa. *J Pak Med Assoc.*, 70 (7), 1282-1284.
- Kapoor, A., Upadhyay, M. K. & Saini, N. K. (2022) Relationship of eating behavior and self-esteem with body image perception and other factors among female college students of University of Delhi. *J Educ Health Promot.*, 11 (80), 1-7.
- Karakus, B., Hidiroglu, S., Keskin, N. & Karavus, M. (2017) Orthorexia nervosa tendency among students of the department of nutrition and dietetics at a university in Istanbul. *North Clin Istanbul.*, 4 (2), 117-123.
- Lago, R. R., Ribeiro, T. H. T. & De Souza, M. N. C. (2016) Hábitos alimentares de adolescentes: uma revisão de literatura. *Adolescência & Saúde*, 13 (4), 98-103.
- Legnani, R. F. S., Legnani, E., Pereira, E. F., Gasparotto, G. S., Vieira, L. F. & Campos, W. (2012) Transtornos alimentares e imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. *Motriz: Revista de Educação Física*, 18 (1), 84-91.
- Lizot, L. A. B. & Nicoletto, B. B. (2019) Comportamento alimentar e imagem corporal em acadêmicos de Nutrição de uma Universidade privada da Serra Gaúcha. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 12 (76), 1141-1149.
- Lorenzon, L. F. L., Minossi, P. B. P. & Pegolo, G. E. (2020) Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 69 (2), 117-125.
- Loureiro, M. P. (2016) Estado nutricional e hábitos alimentares de universitários. *Segurança Alimentar e Nutricional*, 23 (2), 955-972.
- Marconato, M. S. F., Da Silva, G. M. M. & Frasson, T. Z. (2016) Hábito alimentar de universitários iniciantes e concluintes do curso de nutrição de uma universidade do interior paulista. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 10 (58), 180-188.
- Mazzaia, M. C. & Santos, R. M. C. (2018) Fatores de risco para transtornos alimentares em graduandos de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 31 (5), 456-462.
- Ohara, K., Kato, Y., Mase, T., Kouda, K., Miyawaki, C., Fujita, Y., Okita, Y. & Nakamura, H. (2014) Eating behavior and perception of body shape in Japanese university students. *Eat Weight Disord.*, 19 (4), 461-8.

- Oliveira, P. L., Ferreira, M. E. C., Neves, C. M., Meireles, J. F. F. & Carvalho, P. H. B. (2017) Insatisfação, Checagem Corporal E Comportamentos De Risco Para Transtornos Alimentares Em Estudantes De Cursos Da Saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 66 (4), 216-220.
- Parra-Fernández, M. L., Onieva-Zafra, M. D., Fernández-Martínez, E., Abreu-Sánchez, A. & Fernández-Muñoz, J. J. (2019) Assessing the Prevalence of Orthorexia Nervosa in a Sample of University Students Using Two Different Self-Report Measures. *Int J Environ Res Public Health*, 16 (2459), 1-12.
- Penaforte, F. R. O., Barroso, S. M., Araújo, M. E. & Japur, C. C. (2018) Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67 (1), 18-24.
- Plichta, M., Jezewska-Zychowicz, M., & Gębski, J. (2019). Orthorexic Tendency in Polish Students: Exploring Association with Dietary Patterns, *Body Satisfaction and Weight. Nutrients*, 11 (100), 1-19.
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática x revisão narrativa. *Acta paul. enferm.* 20 (2), 1-2.
- Ruiz, A. & Quiles, I. (2021) Prevalência de Ortorexia Nervosa em universitários espanhóis: relação com a imagem corporal e transtornos alimentares. *Anal. Psicol.*, 37 (3), 493-499.
- Santos, M. M., Moura, P. S., Flauzino, P. A., Alvarenga, M. S., Arruda, S. P. M. & Carioca, A. A. F. (2021) Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70 (2), 126-133.
- Silva, W. R. D., Campos, J. A. D. B. & Marôco, J. (2018). Impact of inherent aspects of body image, eating behavior and perceived health competence on quality of life of university students. *PloS one*, 13 (6), 1-19.
- Souza, Q. J. O. V. & Rodrigues, A. M. (2014) Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 63 (3), 200-204.
- Stice, E. & Shaw, H. E. (2002) Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: a synthesis of research findings. *J Psychosom Res.*, 53 (5), 985-993.
- Ureña-Molina, M. del. P., Pacheco-Milian, M. & Rondón-Ortega, M. J. (2015). Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la imagen corporal en estudiantes de enfermería. *Revista Ciencia Y Cuidado*, 12 (2), 57-71.
- Vital, A. N. S., Silva, A. B. A., Silva, E. I. G. & Messias, C. M. B. O. (2017) Risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes universitários. *Saúde e Pesquisa*, 10 (1), 83-89.
- White, M., Berry, R., Sharma, A., & Rodgers, R. F. (2021). A qualitative investigation of Orthorexia Nervosa among U.S. college students: Characteristics and sociocultural influences. *Appetite*, 162 (1), 1-10.
- Yardımcı H. & Demirer, B. (2022) The effect of orthorexia nervosa on food label reading habits among university students. *Eat Weight Disord.*, 27 (6), 2173-2180.