



**CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL  
EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA  
LITERATURA**

**Carla Giovanna Venancio Soares  
Gabrielly Cândida Guimarães Pereira  
Nathanna Rafaella Nunes Braga**

**Orientadora: Profª. Ma. Polianna Ribeiro Santos**

Trindade -  
GO 2021

**CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL  
EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA  
LITERATURA**

**Carla Giovanna Venancio Soares**  
**Gabrielly Cândida Guimarães Pereira**  
**Nathanna Rafaella Nunes Braga**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
Nutrição.

**Orientadora: Profª. Ma. Polianna Ribeiro Santos**

Trindade –  
GO 2021

**Carla Giovanna Venancio Soares**  
**Gabrielly Cândida Guimarães Pereira**  
**Nathanna Rafaella Nunes Braga**

**TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL  
EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA  
LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Faculdade União de  
Goyazes como requisito parcial à  
obtenção do título de Bacharel em  
Nutrição, aprovada pela seguinte  
banca examinadora:

---

Prof<sup>a</sup>. Orientadora: Ma. Polianna Ribeiro  
Santos Centro Universitário União de  
Goyazes

---

Dra. Thaís Renata Queiroz Santana  
Carneiro Centro Universitário União  
de Goyazes

---

Esp. Nutricionista Bárbara Ramos de Oliveira

GO 2021  
13/12/2021

# TRANSTORNOS ALIMENTARES E DISTORÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Carla Giovanna Venancio  
Soares<sup>1</sup> Gabrielly Cândida  
Guimarães Pereira<sup>1</sup> Nathanna  
Rafaella Nunes Braga<sup>1</sup> Polianna  
Ribeiro Santos<sup>2</sup>

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A imagem corporal é a representação mental do nosso próprio corpo. A insatisfação com a imagem corporal pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, que por sua vez são caracterizados por alterações importantes nas atitudes alimentares e geralmente pela presença de insatisfação com a imagem corporal. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão integrativa para identificar os transtornos alimentares e distorção da imagem corporal em estudantes de nutrição. **METODOLOGIA:** O presente trabalho trata-se de uma revisão integrativa de literatura, com o levantamento de periódicos originais e artigos de revisão. A busca dos artigos foi realizada entre os meses de maio e outubro de 2021 e foram selecionadas publicações científicas dos últimos cinco anos (2016 a 2021) em idiomas inglês e português. Totalizando no final 06 artigos selecionados para a elaboração do presente estudo. **RESULTADOS:** Muitas estudantes de nutrição com peso adequado apresentaram insatisfação com sua imagem corporal, desejando alterá-la para adequar-se aos padrões sociais. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que ainda há preocupação com o corpo por grande parte das estudantes de nutrição, demonstrando um impacto da pressão sociocultural nesse grupo, o que é preocupante, pois são futuros nutricionistas que conduzem a construção de um ideal de corpo de seus pacientes, reforçando ou não, padrões de impostos beleza pela nossa sociedade. **PALAVRAS CHAVES:** transtorno alimentar, imagem corporal, nutrição, estudantes, insatisfação.

## EATING DISORDERS AND BODY IMAGE DISTORTION IN NUTRITION STUDENTS: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Body image is the mental representation of our own body. Body image dissatisfaction can be a risk factor for the development of eating

disorders, which in turn are characterized by important changes in eating attitudes and generally by the presence of body image dissatisfaction. **OBJECTIVE:** To carry out an integrative review to identify eating disorders and body image distortion in nutrition students at risk for Eating Disorders in Nutrition students. **METHODOLOGY:** The present work is an integrative literature review, with a survey of original journals and review articles. The search for articles was carried out between May and October 2021 and scientific publications from the last five years (2016 to 2021) in English and Portuguese were selected. A total of 06 articles selected for the preparation of this study at the end. **RESULTS:** Many nutrition students with adequate weight were dissatisfied with their body image, wanting to change it to suit social standards. **CONCLUSION:** It is concluded that there is still concern about the body by most nutrition students, demonstrating an impact of sociocultural pressure on this group, which is worrying, as future nutritionists are the ones who lead in the construction of an ideal body for their patients whether or not enhancing beauty standards by our society.

**KEYWORDS:** eating disorder, body image, nutrition, students, dissatisfaction.

---

<sup>1</sup>Acadêmico do Curso de Nutrição do Centro Universitário Goyazes.

<sup>2</sup>Orientador: Prof. Mestre pelo Centro Universitário Goyazes.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos primeiramente a Deus, que nos deu forças para chegar até aqui

· Somos gratas aos nossos familiares por todo apoio e paciência durante esses anos.

Aos nossos colegas/amigos de turma, muito obrigada por compartilharem tantos momentos de descobertas e aprendizados, e pela ajuda em vários momentos de dificuldade.

Um agradecimento a todos os nossos professores que sempre estiveram dispostos a ajudar e contribuir para um melhor aprendizado durante toda a graduação, e em especial a nossa professora e orientadora, que não mediu esforços para nos ajudar nessa etapa.

E, por fim, agradecemos a todas as pessoas que, de alguma forma, foram essenciais para que alcançássemos nossos objetivos.

**SUMÁRIO**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| INTRODUÇÃO.....                 | 08 |
| METODOLOGIA.....                | 11 |
| RESULTADOS E DISCUSSÃO.....     | 13 |
| CONCLUSÃO.....                  | 20 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 21 |

## INTRODUÇÃO

A imagem corporal é a representação mental do nosso próprio corpo, o modo como ele é percebido pelo indivíduo através dos sentidos, ideias e sentimentos, principalmente no nosso inconsciente (JABUR SAIKALI *et al.*, 2019; ALBUQUERQUE *et al.*, 2021).

De acordo com MAGALHÃES, (2017), a imagem corporal pode ser definida como identidade pessoal, ou como representação mental que uma pessoa tem sobre sua aparência física podendo ser expressa por meio de pensamentos, sentimentos e comportamentos referentes ao corpo.

Estudos feitos por PALUDO *et al.*, (2017), MAGALHÃES BOSI *et al.*, (2016), preconizam que indivíduos com excesso de peso apresentam maior insatisfação com a imagem corporal. Outros demonstram que, mesmo entre os que apresentam valores de Índice de Massa Corporal adequado, a prevalência de insatisfação é elevada (FERRARI *et al.*, 2017). Logo, a insatisfação com a imagem corporal pode ser fator independente do estado nutricional (DE SOUZA, 2016).

De acordo com LIRA *et al.*, (2017), o uso de redes sociais e sua influência são um fenômeno relativamente recente e alvo de estudos de várias áreas do conhecimento para compreender os efeitos à sua exposição em diferentes populações. Essas novas mídias reforçam o narcisismo e os padrões de beleza vigentes e alguns estudos apontam os impactos das novas mídias sobre a imagem corporal (KIM; CHOCK, 2015).

A insatisfação com a imagem corporal pode ser um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, que por sua vez são caracterizados por alterações importantes nas atitudes alimentares e geralmente pela presença de insatisfação com a imagem corporal. Conforme a literatura, a Anorexia Nervosa (AN) e a Bulimia Nervosa (BN) são as principais categorias destes transtornos (BENTO *et al.*, 2016; REIS; SOARES, 2017).

Segundo SCHMIDT; MATA, (2016), a AN caracteriza-se por

uma perda de peso intensa à custa de dietas rigorosas, acompanhada de disfunção endócrina e atitude psicopatológica distorcida em relação à imagem (LEONIDAS *et al*; 2018).

A BN é caracterizada por grande ingestão de alimentos de maneira muito rápida e intensa associada a uma sensação de ganho de peso. Estes, quando ocorrem, são acompanhados de métodos compensatórios para que o controle de peso seja mantido, isto é, após a ingestão de grandes quantidades de alimento (LE FÈVRE *et al.*, 2018; LEONIDAS *et al.*; 2017).

Geralmente as mulheres estão mais vulneráveis à aceitação das pressões sociais, econômicas e culturais associadas aos padrões estéticos, e por isso mais suscetível aos transtornos alimentares (BARBOSA; LYRA; BAGNI, 2019). Outro grupo vulnerável são os estudantes dos cursos da área da saúde, sobretudo, os estudantes de nutrição.

Os estudantes de Nutrição, futuro nutricionistas tem papel fundamental para a conscientização sobre a alimentação saudável e transtornos alimentares. Além disso, são fortemente cobrados pela sociedade a ter um corpo e uma alimentação ideais segundo os padrões atuais (OLIVEIRA AINETT, 2017). Devido suas atividades rotineiras envolverem de maneira indireta uma boa forma física, alguns pesquisadores apontaram que estudantes de nutrição estão mais suscetíveis ao aparecimento de distúrbios alimentares. Além de tudo, um fator importante a considerar é o convívio destes com os alimentos e seu pensamento em relação ao aspecto exterior, atribuindo grande relevância à boa aparência e relacionando-a com seu sucesso profissional (MAIA *et al.*, 2018).

Sempre ouve-se falar que estudantes de nutrição, como também nutricionistas de formação devem adotar um padrão de beleza, e muitas vezes seguir inúmeras dietas para seguirem de acordo com a profissão da qual escolheram. Alguns estudos avaliados isoladamente observaram o risco de estudante de nutrição e outros profissionais da área da saúde desenvolverem transtornos alimentares (NETO *et al.*, 2019). Vale ressaltar que os profissionais de nutrição exercem um papel importante na orientação e conscientização sobre a alimentação saudável (BENTO *et al.*, 2016). Principalmente, ao observar que a crescente busca pelo corpo ideal

tem contribuído para o aumento de pessoas com distúrbios de imagem e transtornos alimentares, é fundamental avaliar os comportamentos, os riscos e as causas que os levaram a serem acometidos por esse tipo de transtorno.

Dando andamento nesse seguimento, este estudo teve como objetivo realizar uma revisão integrativa para identificar e discutir sobre os transtornos alimentares e distorção da imagem corporal em estudantes de nutrição.

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho trata-se de uma revisão integrativa de literatura, com o levantamento de periódicos originais e artigos de revisão indexados nas bases de dados: U.S. National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e Google acadêmico. A busca dos artigos foi realizada entre os meses de maio e outubro de 2021 e foram selecionadas publicações científicas dos últimos cinco anos (2016 a 2021) em idiomas inglês e português.

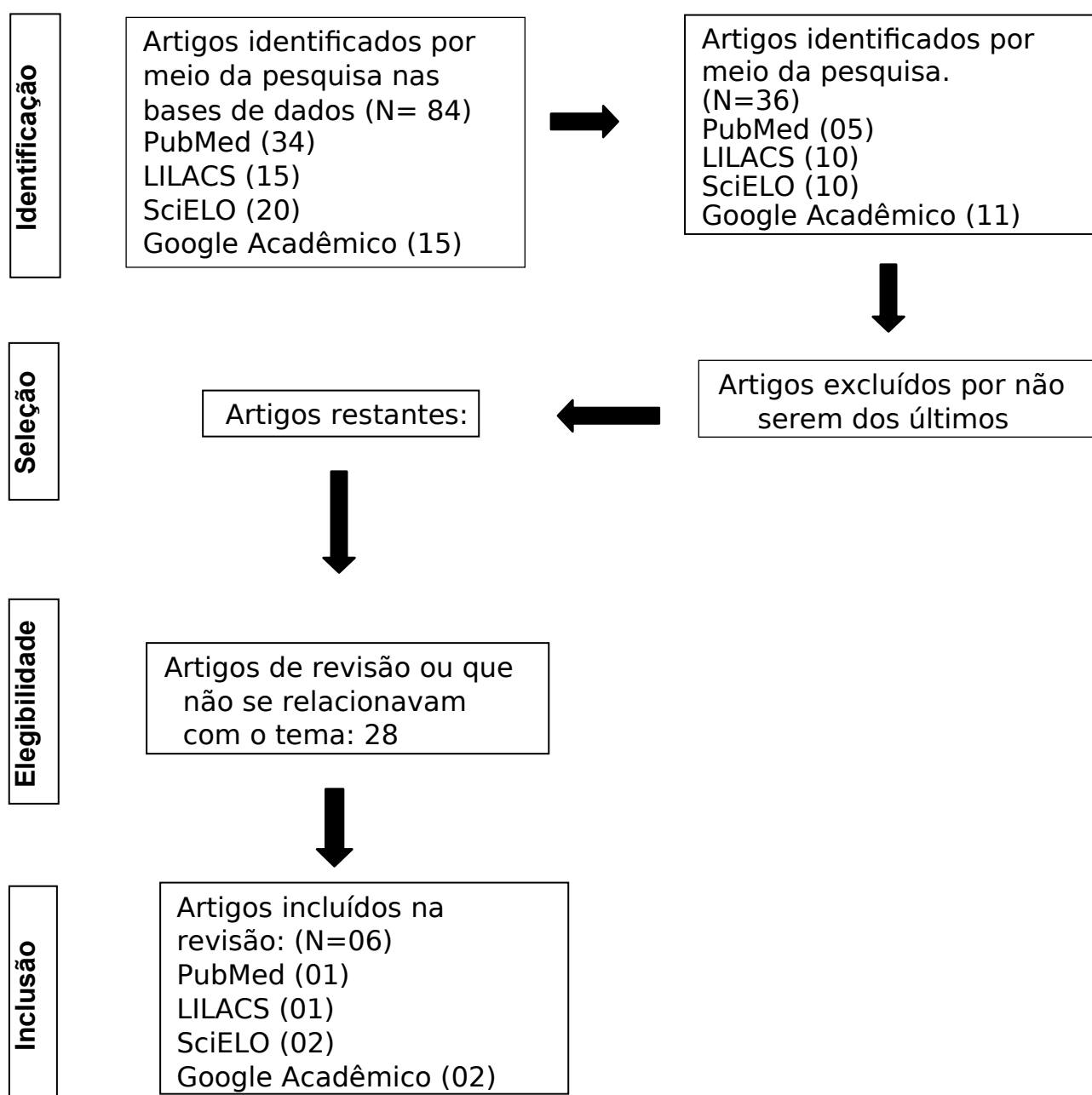
Os descritores (palavras - chaves) utilizados foram: transtornos alimentares, imagem corporal, nutrição, fatores emocionais, comportamento alimentar e dieta.

Os critérios de inclusão para a elaboração do estudo foram: 1) artigos originais que avaliavam o risco dos transtornos em estudantes de nutrição, 2) artigos originais ou periódicos que apresentavam a causa dos riscos e comportamento alimentar em estudantes de nutrição; 3) artigos originais que identificavam a presença de distorção da imagem corporal em estudantes de nutrição

Os critérios de exclusão para a elaboração do estudo foram: 1) artigos de revisão, 2) produções não publicadas em revistas científicas (exemplos: resumos, dissertações ou teses, 3) estudos que não tinham relevância com o tema proposto, 4) artigos em que não foi possível identificar relação com a temática por meio da leitura de título e resumo, 5) artigos publicados há mais de cinco anos.

Ao seguir os critérios de inclusão foram identificados ao total 36 artigos. Destes, 17 foram excluídos por não apresentarem ligação com o tema, totalizando, 19 artigos que seguiram no processo de seleção. Logo após foram excluídos 02 artigos originais publicados há mais de cinco anos. Totalizando 17 artigos, em seguida foram excluídos 11 artigos por serem de revisão. Ao final foram incluídos 6 artigos para a elaboração do presente estudo.

**Figura 1.** Prisma adaptado de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão dos estudos na revisão integrativa da literatura.



**Fonte:** elaborado pelas autoras

Após a seleção dos artigos, elaborou-se uma planilha para síntese dos artigos, com o objetivo de realizar uma leitura crítica. A planilha apresenta respectivos dados contendo: Título, citação (autor e ano), objetivo, material/metodologia, destaque/resultados dos seis

artigos selecionados para a elaboração do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

O quadro 1 apresenta uma síntese dos seis artigos encontrados como também os resultados encontrados por cada autor.

**Quadro 1:** Síntese dos seis artigos selecionados

| <b>TÍTULO</b>                                                                                                                                                                                | <b>CITAÇÃO/AUTOR</b>  | <b>OBJETIVO</b>                                                                                                                                                              | <b>MATERIAL/ METODOLOGIA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>DESTAQUE/RESULTADOS/CONCLUSÃO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Estado Nutricional E Transtornos Do Comportamento Alimentar Entre Estudantes Do Curso De Graduação Em Nutrição No Instituto Federal De Educação, Ciências E Tecnologia, Ceará, Brasil</b> | MAIA et al., 2018     | Este estudo objetivou avaliar o estado nutricional agregado à percepção da imagem corporal e ao comportamento alimentar de estudantes do sexo feminino do curso de Nutrição. | Trata-se de estudo transversal, do tipo descritivo e analítico, com amostra aleatória representativa, que utilizou o índice de massa corporal (IMC) autorreferido; o Body Shape Questionnaire (BSQ); o Bulimic Investigatory Test Edinburg (BITE); e o Eating Attitudes Test (EAT- 26). Foram empregadas análises descritivas de média $\pm$ desvio padrão (DP) e frequências simples e relativas. | As prevalências foram: 46,14% apresentaram distorção da imagem corporal pelo BSQ; 9,62% tiveram risco de desenvolver distúrbios alimentares pelo EAT-26; e 15,38% expressaram comportamento alimentar anormal. Na população estudada, há grande preocupação com o corpo, o que demonstra influência da pressão sociocultural nesse grupo. |
| <b>Avaliação da imagem corporal de</b>                                                                                                                                                       | BANDEIRA et al., 2016 | Avaliar a imagem corporal e                                                                                                                                                  | O presente estudo é de natureza quantitativa, com delineamento                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | A amostra foi de 300 estudantes, tendo como média de idade 25,45 anos ( $\pm 6,60$ ). O escore médio do                                                                                                                                                                                                                                   |

|  |  |                        |                                       |                                                            |
|--|--|------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|
|  |  | identificar os<br>mais | transversal, e foi realizado em<br>um | BSQ foi de 81,43 pontos ( $\pm 30,45$ ),<br>correspondendo |
|--|--|------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|

|                                                                                                  |                                          |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>estudantes do curso de nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza</b></p> |                                          | <p>diversos tipos de distorção de imagem corporal.</p>                                  | <p>centro universitário de Fortaleza – CE. A coleta de dados foi realizada no período de abril a maio de 2015. A amostra foi composta por 300 estudantes do curso de Nutrição, do sexo feminino, com idade variando de 17 a 51 anos. Foram utilizados na pesquisa o Body Shape Questionnaire (BSQ) e uma ficha de avaliação na qual foram aferidos peso e altura atual. As estudantes referiram o peso e a altura que elas almejavam, se eram praticantes de atividade física e a frequência dessa prática, para identificar também outros possíveis transtornos.</p> | <p>à preocupação leve com a imagem corporal. O valor médio do IMC foi de 22,90 kg/m<sup>2</sup> (<math>\pm 3,15</math>). Foi observado também que as estudantes, apesar de estarem em sua maioria com peso e altura adequados, queriam ser mais magras e altas (peso almejado = 57,39 kg; altura almejada = 1,63m).</p> <p>Conclusão: Os resultados evidenciam que as estudantes desse grupo apresentam o desejo de ser mais magras e mais altas, mesmo estando em um padrão eutrófico de estado nutricional. Quando se trata de estudantes de Nutrição, esse estudo possui impacto maior, pois elas exercerão papel de cuidadoras de seus pacientes.</p> |
| <p><b>Estado nutricional e percepção da imagem corporal de acadêmicas universitárias do</b></p>  | <p>PEREIRA; MUSSOI; FIORAVANTI, 2019</p> | <p>O presente trabalho teve como objetivo analisar a percepção da imagem corporal e</p> | <p>Foi realizado um estudo transversal com 86 graduandas do curso de Nutrição. Para avaliação da percepção e distorção da imagem corporal, aplicou-se a Escala de Silhuetas de Stunkard e foi feita a coleta de</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Constatou-se que a maioria das acadêmicas portuguesas e brasileiras estavam eutróficas, 79,1% e 65,1% respectivamente. A insatisfação por excesso de peso apresentou maiores valores entre as acadêmicas brasileiras (72,1%), enquanto as acadêmicas portuguesas foram as que apresentaram</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                 |  |                                      |                                                                                    |                                                                                          |
|-----------------|--|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>curso de</b> |  | relacionar<br>com<br>o estado nutri- | dados antropométricos para a<br>classificação<br>do estado nutricional. Os valores | maiores valores por insatisfação pela<br>magreza (20,9%). A insatisfação com a<br>imagem |
|-----------------|--|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                       |                           |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Nutrição do Brasil e de Portugal</b></p>                                                                        |                           | <p>cional de acadêmicas dos cursos de Nutrição de uma universidade de Santa Maria/RS, no Brasil, e outra na cidade de Faro/Algarve, em Portugal.</p>    | <p>médios de peso, estatura e Índice de Massa Corporal (IMC) foram semelhantes nos dois grupos (<math>p&gt;0,05</math>).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>corporal foi dominante sobre as que tinham a impressão distorcida para o excesso de peso, independente do estado nutricional, o que confirma que existe um padrão de 'corpo ideal' imposto pela sociedade. Sugere-se a realização de pesquisas comparativas com um número maior de participantes entre os dois países.</p>                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>Percepção Da Imagem Corporal E Estado Nutricional Em Acadêmicas De Nutrição De Uma Universidade Pública</b></p> | <p>PAIVA et al., 2017</p> | <p>Estudo transversal com 90 universitárias ingressantes (G1) e concluintes (G2) do curso de Nutrição, com objetivo de avaliar a associação entre a</p> | <p>Para avaliação da percepção e distorção da imagem corporal, aplicou-se Escala de Silhuetas de Stunkard e Questionário sobre Imagem Corporal (BSQ 34). Foi realizada aferição de peso (Kg) e estatura (m) e, a partir do cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), a classificação do estado nutricional. Os valores médios de peso, estatura e IMC foram semelhantes nos dois grupos (<math>p&gt;0,05</math>), diferente do verificado</p> | <p>Constatou-se que 73,3% e 77,8% das acadêmicas ingressantes e concluintes, respectivamente, estavam eutróficas. Mas as concluintes apresentaram menor prevalência de baixo peso e excesso em relação às ingressantes, sem associação significativa (<math>p=0,87</math>). A insatisfação por magreza ou excesso de peso foi de 62,3% e 82,2% no G1 e G2, respectivamente. Em relação à imagem corporal, observou-se que 20% das ingressantes mostraram distorção grave, com diferença expressiva quando comparadas às concluintes (<math>p=0,001</math>). A insatisfação com a</p> |

|  |  |                                                                  |                                                                                                            |                                                                                                             |
|--|--|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | percepção da<br>imagem<br>corporal e o<br>estado<br>nutricional. | para a idade, cuja média foi<br>significativamente mais<br>elevada entre as concluintes<br>( $p < 0,05$ ). | imagem corporal foi dominante,<br>apresentando-se mais<br>frequente entre as concluintes, que tinham<br>uma |
|--|--|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                    |                           |                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                    |                           |                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <p>impressão distorcida para o excesso de peso. O incentivo à prática de exercício físico e a adoção de uma alimentação saudável devem ser encorajados em estudantes universitários, bem como a promoção de estratégias para uma percepção adequada do corpo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Estudantes de Nutrição Apresentam Risco para Transtornos Alimentares</b></p> | <p>REIS; SOARES, 2017</p> | <p>Avaliar a percepção de imagem, a satisfação corporal e o risco para Transtornos Alimentares de estudantes de Nutrição.</p> | <p>Estudo observacional transversal, com 165 universitárias de uma universidade pública. O peso e a altura foram referidos pelas participantes e o estado nutricional foi avaliado pelo Índice de Massa Corporal (IMC).</p> <p>Foram aplicados os questionários Eating Attitudes Test (EAT-26), Body Shape Questionnaire (BSQ) e Silhouette Matching Task (SMT).</p> | <p>Observou-se que 38,8% das avaliadas tinham alteração de percepção de imagem, 69,7% tinham insatisfação corporal e 32,7% tinham risco para Transtorno Alimentar. As estudantes com excesso de peso apresentaram mais chance de desenvolver Transtorno Alimentar (OR: 7,91) e de apresentar alteração de percepção de imagem (OR: 20,19). Ao associar os resultados obtidos nos três instrumentos utilizados, 32,1% das avaliadas não apresentaram fator de risco para desenvolver Transtornos Alimentares. Foram encontrados elevados percentuais de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares, alteração de percepção de imagem e insatisfação corporal na população estudada, sendo que este risco foi maior entre as estudantes que apresentavam excesso de</p> |

|  |  |  |  |       |
|--|--|--|--|-------|
|  |  |  |  | peso. |
|--|--|--|--|-------|

|                                                                                                                |                             |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição</b></p> | <p>(SILVA et al., 2016)</p> | <p>Avaliar a relação entre a alteração do comportamento alimentar, associado à insatisfação com a imagem corporal, e o estado nutricional de universitárias de Nutrição.</p> | <p>Realizou-se um estudo transversal com 175 universitárias do Curso de Nutrição (ENUT/UFOP). Foram aplicados os questionários Eating Attitudes Test-26 (EAT- 26) e o Body Shape Questionare (BSQ) e realizadas medidas antropométricas. 21,7% das estudantes apresentaram alto risco para transtornos alimentares e 13,7% apresentaram insatisfação com a imagem corporal.</p> | <p>A maioria das estudantes com BSQ e EAT- 26 positivos estava eutrófica. As estudantes com excesso de peso, aumento do percentual de gordura corporal (% GC) e do perímetro da cintura (PC) apresentaram risco 5 a 9 vezes maiores de alteração do comportamento alimentar. Houve associação positiva entre os parâmetros antropométricos com a pontuação dos questionários EAT-26 e BSQ. Futuras nutricionistas com excesso de peso apresentaram maior risco de estarem insatisfeitas com a sua imagem corporal e de desenvolverem transtornos alimentares. A utilização de outros parâmetros antropométricos, além do IMC, pode ser útil na triagem de indivíduos suscetíveis ao surgimento de preocupações excessivas com o peso corporal e a alimentação.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Fonte:** Elaborado pelas autoras.

O estudo feito por REIS; SOARES, (2017) avaliou 165 alunas do curso de Nutrição. E encontrou-se que o risco para desenvolver transtornos alimentares bem como a presença de alteração de percepção da imagem corporal foram maiores entre as estudantes com o excesso de peso.

PAIVA et al., (2017), avaliou 90 estudantes do sexo feminino do início e final do curso de Nutrição. Em seus resultados observou-se que as médias de peso corporal, estatura e IMC foram semelhantes nos dois grupos pesquisados ( $p>0,05$ ), diferente do verificado para a idade, cuja média foi significativamente mais elevada entre as acadêmicas concluintes ( $p<0,05$ ). Ainda sobre esse estudo, quando se trata da imagem corporal, observou-se que 20% das acadêmicas do ano inicial do curso mostraram distorção grave, com diferença significativa quando comparadas às estudantes do final do curso. Resultados semelhantes foram encontrados em um estudo antigo feito em 2011, que ao analisar a satisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição, constatou 80% e 78% de insatisfação corporal entre os ingressantes e concluintes, respectivamente. Destaca-se que, independentemente da condição de ingressante ou concluinte, a maioria das acadêmicas demonstrou estar insatisfeita. Pois, os universitários dessa pesquisa, além de preocupados com seu estado nutricional, seguiam dietas para perder peso (MAGALHÃES, 2011).

SILVA et al., (2016) ao avaliar 175 estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal de Ouro Preto (MG), notaram a prevalência de 9,4% de baixo peso e 8,5% de excesso de peso. Os resultados encontrados no presente estudo são bastante preocupantes. Mesmo apresentando medidas ou índices de avaliação do estado nutricional dentro da normalidade, é expressivo o total de universitárias do curso de Nutrição que estão insatisfeitas com o peso e as dimensões corporais e que, por isso, apresentaram risco para desenvolvimento de transtornos alimentares.

Sabe-se que a obesidade, bem como a falta de exercícios

físicos, traz imensos prejuízos à saúde, seguida de alterações psicológicas e sociais significativas, como a percepção negativa do próprio corpo, que se expressa no cultivo ideal de corpo esbelto (DE SOUZA; DOS SANTOS ALVARENGA, 2016).

Atentando-se ao estudo feito por CASTRO, et al., (2016) foi efetuado um estudo transversal com 71 universitárias, que buscou verificar a percepção

de imagem corporal e o consumo alimentar de fibras em acadêmicas do curso de Odontologia de Instituição de Ensino Superior Privada da cidade de Vitória da Conquista – BA, referiram que, as inadequações nutricionais são comuns entre universitárias. Principalmente quando estão ligadas ou influenciadas por fatores como no ingresso na universidade, falta de tempo para realizar refeições completas por causa das atividades acadêmicas, substituição de refeições completas por lanches rápidos e práticos e o estabelecimento de novos comportamentos e relações sociais, influenciando o excesso de peso e a distorção de imagem corporal. Um dos artigos selecionados nesta revisão, feito por MAIA et al., (2018), levantou dados semelhantes ao estudo CASTRO, (2016), no entanto com o público alvo da presente revisão que são estudantes de nutrição. No estudo a prevalência de risco para transtornos alimentares por alta ou baixa foi avaliada por dois instrumentos do Eating Attitudes Test – Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26) EAT-26, e o Bulimic Investigatory Test Edinburgh

– Teste de Avaliação Bulímica de Edimburgo (Bite) demonstrando a presença de hábitos alimentares inadequados pelas acadêmicas de Nutrição.

Um fato interessante foi observado por um estudo mais antigo feito por MAGALHÃES, (2006), que buscou identificar a autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição do município do Rio de Janeiro. Em seu estudo foi constatado na análise dos depoimentos das alunas concluintes do curso de nutrição, que a escolha pelo curso também foi baseada na preocupação com o peso corporal e expectativa de emagrecimento, busca da autoestima e aprovação social. Sobre esse modo, verifica-se que a pressão social em relação a sua forma física é considerável, sendo atribuído à magreza o significado de capacidade técnica e profissional.

Como visto nos resultados, muitas estudantes de Nutrição com peso adequado apresentaram insatisfação com sua imagem corporal, desejando alterá-la para adequar-se aos padrões sociais. Em se tratando de futuras nutricionistas, o impacto desse achado é ainda

mais relevante, tendo em vista seu papel no manejo desses quadros. Tendo conhecimento que o fato de o estudo ter sido feito com estudantes de Nutrição torna-o mais expressivo, levando em consideração que sua função profissional será a de cuidar de possíveis pacientes que apresentem algum grau de insatisfação com sua imagem corporal.

## CONCLUSÃO

Sabe-se que o nutricionista participa de todo processo de planejamento das refeições, ajudando o paciente a consumir uma dieta adequada e monitorando o balanço energético, assim como o ganho de peso.

A partir dos resultados encontrados na presente revisão é bem preocupante o fato de muitas alunas terem comportamentos de risco para transtornos alimentares bem como apresentarem distorção de imagem corporal. Essa preocupação torna mais evidente a tendência atual de aumento na prevalência de transtornos alimentares. A alta porcentagem de escores positivos dentro dos limites da eutrofia sugere que alunas com peso adequado se mostram excessivamente preocupadas com seu peso e podem estar enxergando seu corpo de uma maneira distorcida.

A insatisfação com a percepção da imagem corporal desencadeia sentimentos que podem levar a instalação de transtorno alimentar. Pode-se concluir que o comportamento de risco para transtornos alimentares é frequente entre o grupo de universitárias do curso de Nutrição, onde há uma supervalorização da aparência e forma corporal, resultando em uma relação inadequada com o alimento e o corpo. Estes comportamentos podem trazer graves consequências físicas e psíquicas e que devem ser consideradas por profissionais de saúde e educadores, com intuito de traçar estratégias de educação nutricional e programas de prevenção de transtornos alimentares.

Sobre isso, conclui-se que é necessário maiores estudos em relação a população estudada. Pois, ainda há preocupação com o corpo por grande parte das estudantes de nutrição, demonstrando um impacto da pressão sociocultural nesse grupo, o que é preocupante, pois são futuros nutricionistas que conduzem na construção de um ideal de corpo de seus pacientes reforçando ou não padrões de impostos beleza pela nossa sociedade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALBUQUERQUE, L. DA S. et al. Fatores associados à insatisfação com a Imagem Corporal em adultos: análise seccional do ELSA-Brasil. **Ciencia e Saude Coletiva**, v. 26, n. 5, p. 1941-1954, 2021.
- BANDEIRA, Y. E. R. et al. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 2, p. 168-173, 2016.
- BARBOSA, A. P. D. I.; LYRA, C. DE O.; BAGNI, U. V. Body image distortion and dissatisfaction in incarcerated women TT - Distorção e insatisfação com a imagem corporal em mulheres privadas de liberdade. **Rev. Nutr. (Online)**, v. 32, p. e190022-e190022, 2019.
- BENTO, K. et al. Transtornos Alimentares, Imagem Corporal e Estado Nutricional em Universitárias de Petrolina-PE. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 20, n. 03, p. 197-202, 2016.
- CASTRO, J. A. M. Percepção de imagem corporal e consumo de fibras em acadêmicas de odontologia de instituição de ensino superior do sudoeste da bahia. v. 08, p. 71-82, 2016.
- DE SOUZA, A. C.; DOS SANTOS ALVARENGA, M. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários - uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 3, p. 286-299, 2016.
- FERRARI, E. P. et al. Insatisfação com a imagem corporal e relação com o nível de atividade física e estado nutricional em universitários. **Motricidade**, v. 8, n. 3, p. 52-58, 2017.
- JABUR SAIKALI, C. et al. Imagem corporal nos transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clinica**, v. 31, n. 4, p. 164-166, 2014.
- KIM, J. W.; CHOCK, T. M. Body image 2.0: Associations between social grooming on Facebook and body image concerns. **Computers in Human Behavior**, v. 48, p. 331-339, 2015.
- KIRSTEN, V. R.; FRATTON, F.; PORTA, N. B. D. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Revista de Nutricao**, v. 22, n. 2, p. 219-227, 2009.

LE FÈVRE, A. et al. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia

e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa.

**Physical Review C**, v. 98, n. 3, p. 61-69, 2018.

LEONIDAS, C.; CREPALDI, M. A.; SANTOS, M. A. DOS. Uma uma articulação

entre aspectos emocionais e rede de apoio social. **Psicologia : Teoria e Prática**, v. 15, n. 2, p. 62-75, 2013.

LEONIDAS, C.; DOS SANTOS, M. A. Imagem corporal e hábitos alimentares na anorexia nervosa: Uma revisão integrativa da literatura. **Psicologia: Reflexao e Critica**, v. 25, n. 3, p. 550-558, 2012.

LIRA, A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras.

**Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, n. 3, p. 164-171, 2017.

MAGALHÃES BOSI, M. L. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: Um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 55, n. 2, p. 108-113, 2006.

MAGALHÃES, P. Comportamento alimentar, estado nutricional e iamgem corporal de estudantes de nutrição. p. 5627, 2011.

MAIA, R. G. L. et al. Estado Nutricional E Transtornos Do Comportamento Alimentar Entre Estudantes Do Curso De Graduação Em Nutrição No Instituto Federal De Educação, Ciências E Tecnologia , Ceará, Brasil. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 13, n. 1, p. 135-146, 2018.

NETO, A. P. V. et al. Evaluation of body satisfaction ad use of anorexic and anabolic steroids substances in university students. **Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais**, v. 10, n. Único, p. 15-23, 2019.

OLIVEIRA AINETT, ET AL; Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 62, p. 75-85, 2017.

PAIVA, A. D. A. et al. Percepção Da Imagem Corporal E Estado Nutricional Em Acadêmicas De Nutrição De Uma Universidade Pública. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 12, n. 1, p. 193-206, 2017.

PALUDO, A. C. et al. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes: avaliação comparativa com o estado nutricional em universitários. **ConScientiae Saúde**, v. 10, n. 1, p. 143-149, 2011.

PEREIRA, G. DA S.; MUSSOI, T. D.; FIORAVANTI, R. Estado nutricional e percepção da imagem corporal de acadêmicas universitárias do curso de

Nutrição do Brasil e de Portugal. **Disciplinarum Scientia**, v. 20, n. 1, p. 85-94, 2019.

REIS, A. S. DOS; SOARES, L. P. Estudantes de Nutrição Apresentam Risco para Transtornos Alimentares. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 21, n. 4, p. 281-290, 2017.

SCHMIDT, E.; MATA, G. F. DA. Anorexia nervosa: uma revisão. **Fractal : Revista de Psicologia**, v. 20, n. 2, p. 387-400, 2008.

SILVA, J. D. et al. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciencia & saude coletiva**, v. 17, n. 12, p. 3399-406, 2016.