

IMAGEM CORPORAL, ATITUDES PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL EM UNIVERSITÁRIOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

Luziana da Silva Maciel¹
Gildeene Silva Farias²

RESUMO: O objetivo do presente estudo foi avaliar a relação entre a insatisfação da imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e o estado nutricional em estudantes universitários do curso de bacharelado em educação física de uma instituição privada de ensino na cidade de Teresina, Piauí. Estudo transversal, cuja população alvo de Universitários do Curso de Bacharelado em Educação Física da Faculdade Estácio de Teresina, PI, no qual foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), do Centro Universitário da Faculdade de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí – UNINOFAPI sob nº de parecer 4.470.906. Os dados foram obtidos através Body Shape Questionnaire (BSQ), o Eating Atitudes Test (EAT-26), além de questionários com informações de dados pessoais. Participaram do estudo 150 do curso de bacharel em educação física, com idades entre 18 e 51 anos, 64% tinham entre 18 e 25 anos. Ao analisar o BSQ, verificou-se que 36%, dos universitários apresentaram algum grau de insatisfação quanto a imagem corporal, ao somar os escores entre leve, moderado, e grave satisfação. EAT-26, os resultados demonstrou que 72,5% do estudantes apresentaram altas prevalência de atitudes indicativas de desenvolvimento de transtornos alimentares. Conclui-se, no entanto, sobre a importância de novos estudos relacionados a prevalência de distúrbios alimentares, principalmente em estudantes de cursos da área da saúde com relação a cuidados como o corpo e alimentação, possibilitando novas evidências para possíveis meios de prevenção e conscientização em torno de uma forte pressão cultural que existe na sociedade.

Palavras – chave: Imagem corporal. Transtorno alimentar. Universitários

ABSTRACT: The objective of the present study was to evaluate the relationship between body image dissatisfaction, attitudes towards eating disorders and nutritional status in university students of the bachelor's degree in physical education at a private educational institution in the city of Teresina, Piauí. Cross-sectional study, whose target population was University students of the Bachelor's Degree in Physical Education at Faculdade Estácio de Teresina, PI, which was approved by the Research Ethics Committee (CEP), from the University Center of the Faculty of Health, Human Sciences and Technology of the Piauí – UNINOFAPI under Opinion No. 4,470,906. Data were obtained through the Body Shape Questionnaire (BSQ), the Eating Attitudes Test (EAT-26), in addition to questionnaires with personal data information. A total of 150 students from the bachelor's degree in physical education participated in the study,

¹ Graduanda em Bacharelado em Educação Física (Faculdade Estácio Teresina).

² Doutorando em Educação Física pela Universidade São Judas Tadeu, Me. em Educação Física (UFTM), Esp. em Dança Educacional, Esp. em Lesão no Esporte e Prescrição do Exercício Físico e Esp. em Docência do Ensino Superior e Educação Física Escolar, Graduado em Licenciatura Plena em Educação Física (UESPI/2009), atualmente docente e coordenador do curso de Bacharel em Educação Física da Faculdade Estácio de Teresina.

aged between 18 and 51 years old, 64% were between 18 and 25 years old. When analyzing the BSQ, it was found that 36% of the university students showed some degree of dissatisfaction with their body image, when adding the scores between mild, moderate, and severe satisfaction. EAT-26, the results showed that 72.5% of the students had a high prevalence of attitudes indicative of the development of eating disorders. It is concluded, however, about the importance of new studies related to the prevalence of eating disorders, especially in students of the health area in relation to care such as the body and food, providing new evidence for possible means of prevention and awareness around a strong cultural pressure that exists in society.

Keywords: Body image. Eating disorder. College students.

INTRODUÇÃO

A influência da mídia e a imposição de beleza, em consequência da supervalorização do peso ideal e forma corporal, desperta aos indivíduos sentimentos de desprezo juntamente com a insatisfação corporal da pessoa, o que pode provocar a realização de práticas negativas podendo comprometer a saúde, como mudanças em hábitos alimentares negativos, além de práticas de exercícios físicos de forma excessiva, com o objetivo de atingir o corpo ideal (NASCIMENTO et al., 2019).

Dessa forma os problemas relacionados aos transtornos alimentares e imagem corporal vem sendo cada vez mais discutidos na literatura. (CANALI et al., 2021). O transtorno alimentar são diagnosticados como doenças psíquicas caracterizadas por graves alterações relacionados ao comportamento alimentar, consideradas predominantes em sociedades desenvolvidas, apresentando altas prevalências nas últimas décadas, e podem apresentar as primeiras manifestações ainda na infância e adolescência, onde geralmente nessa faixa etária a anorexia nervosa e bulimia nervosa são os principais tipos de transtornos alimentares de acordo com os estudos na literatura (KESSLER; POLL, 2018; MOREIRA et al., 2017).

Já a imagem corporal pode ser considerada como importante componente no mecanismo de identidade pessoal, correspondendo ao nível de satisfação e sentimentos com relação a figura que o indivíduo idealiza mentalmente do seu próprio corpo (MOREIRA et al., 2017), dessa forma a imagem corporal pode ser caracterizado pela capacidade que cada um possui na sua interpretação mental em relação ao seu próprio corpo (BANDEIRA et al., 2016), ou seja, é a forma que é vista e as vivências,

no entanto esse conceito pode ser algo bem particular e interno, podendo proporcionar a cada indivíduo suas sensações, percepções e pensamentos individual em relação a forma e tamanho do seu próprio corpo (FORTES; ALMEIDA; FERREIRA, 2012; GARCIA; CASTRO; SOARES, 2010).

A compulsão alimentar restritivo/evitativo manifesta-se mais comumente em adolescentes do que em adultos, e pode haver uma grande demora entre a manifestação inicial e a apresentação clínica. Fatores que desencadeiam a apresentação variam consideravelmente e incluem dificuldades físicas, sociais e emocionais. A restrição da ingesta calórica em relação às necessidades levando a um peso corporal significativamente baixo é um aspecto central da anorexia nervosa (OLIVEIRA et al., 2020).

Estudos sobre transtornos alimentares vem sendo um ponto cada vez maior na literatura, tendo em vista altos índices de morbidades associados ao estado nutricional e metabolismo da população (MEDEIROS; CAPUTO; DOMINGUES, 2017; UZUNIAN; VITALLE, 2015). O que vem sendo apresentado um aumento na prevalência com os passar dos anos, afetando na grande maioria as mulheres, adolescentes e jovens, pois representa uma fase da vida na qual ocorrem mudanças (ALVES; BOOG, 2007; FORTES et al., 2015).

Diante disso afirma-se que em relação à faixa etária, é nesta fase que os estudantes ingressam na universidade e passam a ter mais responsabilidades com relação às suas escolhas tanto profissionais quanto alimentares que podem influenciar tanto de maneira positiva quanto negativa no que diz respeito à sua saúde no decorrer da vida (SOUSA et al., 2020).

Além da questão estética, existe também a prática de atividades físicas, pois, muitos universitários que frequentam as academias e estão insatisfeitos com o corpo, são influenciados pela infinidade de suplementos alimentares utilizados para emagrecimento e hipertrofia muscular, fazendo o uso de maneira equivocada e sem orientação de um profissional capacitado, gerando lesões que, se não tratadas a curto prazo, podem se tornar irreversíveis a longo prazo, levando a um resultado desfavorável. Para isso, é importante realizar um acompanhamento com nutricionista, educador físico e psicólogo (MEDEIROS; CAPUTO; DOMINGUES, 2017).

No entanto para auxiliar no tratamento dos transtornos alimentares, a literatura põe à disposição dos nutricionistas diversas ferramentas, sendo que a Educação Alimentar e Nutricional e a Técnica do Cognitivo-comportamental têm sido as mais utilizadas, em razão de apresentarem resultados mais eficazes. Ocorre que, para aplicação dessas ferramentas é preciso que o profissional de nutrição esteja munido de uma boa base teórica acerca de cada uma delas (FARIAS; ROSA, 2020).

Diante do exposto percebe-se a importância de pesquisa que objetivem a verificação de potenciais fatores que podem estar associados a insatisfação corporal em universitários, a fim de orientar os profissionais de saúde e educação que tendem a se envolver com esse público para direcionamento de ações e programas voltados para aceitação do seu próprio por consequências geradas pela insatisfação corporal entre universitários. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo avaliar a relação entre a insatisfação da imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e o estado nutricional em estudantes universitários do curso de bacharelado em educação física de uma instituição privada de ensino na cidade de Teresina, Piauí.

DESENVOLVIMENTO

REFERENCIAL TEÓRICO

Transtorno alimentar

Transtornos alimentares (TA) são quadros psicopatológicos que têm em comum uma grave e persistente perturbação nos hábitos alimentares (BALOTTIN et al., 2017). Nas últimas décadas tem sido observado um crescente número de pesquisas voltadas à investigação dos TAs, incluindo as características psicodinâmicas das pessoas acometidas e dos sistemas familiares nos quais estão inseridas (VÁZQUEZ-VELÁZQUEZ et al., 2017).

Os TA são considerados como condições crônicas de saúde e, como tais, caracterizam-se por recaídas frequentes, sendo o tratamento, na maioria dos casos,

longo e extremamente oneroso, mesmo quando realizado no sistema público de saúde. O engajamento do(a) paciente é de extrema importância para a obtenção de bons resultados no tratamento. Como o seguimento é em longo prazo e requer obstinação e disponibilidade para se auto cuidar, o tempo requerido pode ser visto como um fator desmotivador da continuidade do tratamento, o que aumenta a predisposição ao abandono (VALL; WADE, 2015).

De um modo geral, os transtornos alimentares têm suas primeiras manifestações ainda na infância, mas podem ocorrer mais tardiamente, como no caso da bulimia, anorexia e compulsão alimentar (FERREIRA; SÁ; TOLEDO, 2020). Porém no tratamento dos TA observa-se a importância da equipe multiprofissional para um adequado tratamento, o que dessa forma faz-se necessário uma postura de corresponsabilização e engajamento dos membros da equipe junto às famílias na busca de resultados favoráveis à saúde de todos tornando eficazes as formas de tratamento e a cura (KOTILAHTI et al., 2020).

Principais doenças causadas por transtorno alimentar

A anorexia nervosa (AN) e bulimia nervosa (BN) são os dois tipos de transtornos alimentares mais prevalentes hoje em dia. A anorexia nervosa é caracterizada por uma restrição do consumo alimentar, levando a um peso corporal significativamente baixo em relação à idade, sexo, desenvolvimento e saúde física. Os pacientes que sofrem anorexia nervosa sentem um medo intenso de ganhar peso ou engordar, além de, terem uma característica distorção da realidade em relação à forma e peso do seu próprio corpo (PALLIER et al., 2019).

Contudo é importante ressaltar que aquela do tipo restritiva está diretamente associada a dietas rigorosas, práticas de atividade física em excesso, jejuns ou privação de alimentos considerados muito calóricos. Entre os dois tipos de anorexia a do tipo restritiva apresenta um melhor prognóstico do que a purgativa, visto que esta apresenta mais possibilidades de crescimento de mudanças de humor, transtorno depressivo e alto consumo de álcool e drogas (MACEDO; CAMPANA; CLEMENTE, 2019).

A anorexia nervosa está associada a disfunções relacionadas à alimentação e o desejo de emagrecer. Para que a paciente reconheça que necessita de acompanhamento profissional é necessário um trabalho multidisciplinar, para auxiliar no processo de tratamento (PEREIRA; COSTA; AOYAMA, 2020). Reestabelecer com a paciente uma melhor relação com o corpo, à comida, promover hábitos alimentares saudáveis auxiliam na mudança de comportamento alimentar (INÁCIO; FERREIRA; MARCHESI, 2018).

A bulimia nervosa é caracterizada pela recorrência a episódios de compulsão alimentar, descritos por uma falta de controle sobre a alimentação durante os mesmos e, por um subseqüente comportamento compensatório inadequado como, o vômito autoinduzido, o excesso de exercício físico ou a purga para prevenir o ganho de peso. De forma semelhante ao que ocorre nos casos de anorexia nervosa, a bulimia nervosa é caracterizada por uma distorção da forma e peso do corpo diante do espelho (PALLIER et al., 2019).

Segundo Ferreira e Sá (2019), a BN pode ser determinada através de três fases. A primeira seria o ato de ingerir uma grande quantidade de alimentos em um período curto de tempo, associado ao sentimento de perda de controle. A segunda fase está relacionada ao uso de remédios diuréticos, laxantes ou indução do vômito como ação compensatória durante o episódio. A terceira fase é crítica e cobrança pelo seu corpo. As ocasiões de compulsões geralmente são realizadas de forma oculta, pois desencadeiam sentimentos de vergonha, culpa e punição.

A bulimia parte de uma perspectiva psiquiátrica somada a influência dos meios de comunicação, internet, onde há uma imposição social do corpo magro como ideal de beleza. Essa ideia contribui para a mudança no comportamento alimentar visto que a mulher se sente pressionada a se encaixar no padrão imposto pela mídia (DINIZ; LIMA, 2017).

Imagem corporal

Preocupações com a imagem corporal compreendem afetos negativos e cognições em relação ao próprio corpo; eles já são predominantes em meninos e

meninas adolescentes e podem até aumentar durante a transição para a idade adulta jovem. A insatisfação corporal faz parte da dimensão atitudinal desse constructo maior e representa o desejo em obter um corpo diferente de como o indivíduo o percebe. A distorção da percepção corporal se refere ao indivíduo ver seu próprio corpo de forma diferente de como realmente é, podendo subestimar ou superestimar o tamanho corporal (LEMES et al., 2018).

Os processos de representação do corpo estão em constante ritmo de formação, estando às etapas iniciais de construção da imagem corporal associadas aos primeiros contatos e assimilações do ser humano com o contexto cultural. Isso inclui a internalização da ideia estética na infância desencadeando ações e atitudes que serão reflexos para compreensão de comportamentos na adolescência e vida adulta (NEVES et al., 2017).

Algumas pesquisas apontaram que a análise da insatisfação com a imagem corporal por meio apenas da escala de silhuetas pode restringir o olhar trazendo um aumento dos resultados de insatisfação, pois para receber a classificação de satisfeito (a) é preciso que ambas as escolhas das imagens representativas do corpo ideal e do corpo atual sejam idênticas (JUSTINO; ENES; NUCCI, 2020; PUGGINA et al., 2015). Porém a grande maioria apresentou resultados contundentes de uma maior predominância de insatisfação corporal por parte de crianças do sexo feminino, além disso, uma relação direta da insatisfação com a imagem corporal e Índice de Massa Corporal (IMC), onde as crianças com maior número tendiam a se apresentar mais insatisfeitas com o seu corpo (NEVES et al., 2017).

A imagem corporal pode ser classificada como perceptível que está atrelado à aparência física, o subjetivo relaciona-se com a satisfação da aparência e o comportamental retrata atitudes provocadas pelo desconforto com a própria aparência. Os pensamentos e sentimentos obsessivos em relação aos alimentos estão diretamente relacionados com os transtornos alimentares, ocasionando em privações de alguns alimentos, medo de ganhar peso, raiva, episódios compensatórios, com isso, o comer emocional tem um grande impacto para desencadear distúrbios alimentares (SOUSA et al., 2020).

Avaliação nutricional e portares de transtornos alimentares

Segundo a autora, o nutricionista que faz uso das abordagens comportamentais tem como principal objetivo estabelecer uma mudança de comportamento do paciente com a comida. O profissional é chamado de terapeuta nutricional, visto que o mesmo precisa ter conhecimento sobre psicologia, psiquiatria, sempre buscando novas formas de se comunicar e estabelecer uma relação de confiança com o paciente visto que a finalidade da nutrição comportamental vai além de promover um estado nutricional adequado, mas também a mudança de através de atitudes alimentares (SIQUEIRA; DOS SANTOS; LEONIDAS, 2020).

A nutrição comportamental trabalha com algumas ferramentas que podem ser utilizadas para desenvolver o trabalho de mudança de comportamento, como é no caso dos transtornos alimentares, visto que os TA'S são disfunções no comportamento relacionado à alimentação (ALMEIDA; ASSUMPCÃO, 2018).

Desse modo, Faustino-Silva, Jung & La Porta (2019) aduziram que o trabalho dos profissionais de nutrição em conjunto ao atendimento da atenção primária tem considerável importância no combate aos transtornos alimentares e autoimagem, visto que a realidade nutricional brasileira sai de uma perspectiva atrelada a desnutrição para o excesso de peso. Ressaltando ainda que, o ofício do nutricionista ortodoxo não considera outros fatores importantes para a realização de um atendimento eficiente sobre os problemas alimentares e de autoimagem.

Por conseguinte, Catão & Tavares (2020) mencionam que as novas técnicas de abordagem que preconizam um trabalho do profissional da nutrição em conjunto com a assistência primária de saúde são conceituadas como nutrição comportamental. Longe de ter a prerrogativa de uma especialidade, a nutrição comportamental se destaca como sendo uma abordagem inovadora. Dito isso, a abordagem tem como finalidade realizar uma avaliação sobre o comportamento humano, psicológico, social, cultural e econômico, visto que são narrativas intrínsecas capazes de ocasionar os transtornos alimentares e de autoimagem, não se limitando apenas aos estudos dos alimentos, nutrientes e o corpo humano em si.

Transtornos alimentares em universitários

Em uma sociedade onde a cada dia se consomem mais alimentos industrializados, seja pela correria do dia a dia ou pela facilidade, é necessário avaliar o que está sendo consumido, com o propósito de manter a saúde (LOUREIRO, 2016). Quando se fala em padrão de alimentação em universitários, toma-se como base entender que fatores influenciam para isso e como isso reflete na autoestima e na percepção corporal desse público, em especial quando se está tão atarefado com deveres acadêmicos, como nesses casos (BEZERRA et al., 2019).

Segundo Silva et al. (2015) existem outros fatores que influenciam no padrão alimentar e percepção corporal, como por exemplo medicamentos para ajudar na hora dos estudos e o próprio rendimento acadêmico.

Já para Bernardo et al. (2017) a solução é que haja uma política pública para a conscientização da importância de uma boa alimentação para esses jovens, para que se tenha uma consciência do que está sendo colocado no prato, afinal se eles possuísem acesso a essas informações, eles entenderiam onde estavam errando, já que a falta de informação, os levam a fazer escolhas erradas em relação a esses alimentos. No entanto as entende-se que as propagandas alimentícias influenciam muito na escolha dos alimentos, pois muitas vezes, em especial por os mais jovens, as escolhas são feitas de acordo com o que eles veem, fazendo com que os alimentos sejam escolhidos pelo que aparentam e não pelo que de fato são, o que é preocupante já que esses hábitos são levados a frente, sem que haja ao menos uma consciência do que se está consumindo (KASSAHARA; SARTI, 2017).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter transversal de abordagem quantitativa, cuja população alvo compreendeu de universitários do curso de bacharel em educação física da faculdade Estácio de Teresina, PI, da modalidade presencial, matriculados no primeiro semestre de 2022 e com idade maior ou igual a 18 anos.

Como critério de inclusão na presente pesquisa, foram: a) aceitar e assinar de forma voluntária, o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE); b) ter idade maior ou igual a 18 anos; c) Independente do sexo ou condições físicos; d) que estivesse regularmente matriculado no período da realização da pesquisa.

A presente pesquisa seguiu os princípios éticos na qual orienta e regulamenta pesquisas que envolvem seres humanos, conforme Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL.; 2012). Para cumprimento dessa resolução o TCLE da pesquisa foi apresentado aos participantes no momento da coleta de dados para que pudesse fazer leitura e dessa forma ter ciência de sua participação, de forma livre e espontânea. Este estudo também foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), do Centro Universitário da Faculdade de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí – UNINOFAPI sob nº de parecer 4.470.906.

Os dados foram obtidos através da utilização de três instrumentos autoaplicáveis: o Body Shape Questionnaire (BSQ), o Eating Attitudes Test (EAT-26), além de questionários com informações de dados pessoais, como idade, gênero, peso, altura autorreferido. Quanto à altura e peso autorreferidos, tem sido bastante utilizado em diversos estudos, devido sua praticidade e pela sua alta concordância das informações coletadas (BOSI et al., 2006; REIS et al., 2014).

No caso da avaliação nutricional, foi realizada utilizando o cálculo do índice de massa corporal (IMC), utilizando a classificação de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) (WHO., 200).

Em relação aos instrumentos utilizados, o BSQ, é um tipo de questionário autopreenchido desenvolvido por Cooper et al (1987), traduzido por Cordas e Neves (1999), e que foi validado para população brasileira por Di Pietro e Silveira (2009) (DI PIETRO; SILVEIRA, 2009). O presente instrumento é formado 34 questões que utiliza um método de escala do tipo Linkert de seis pontos, variando entre 1 = nunca até 6 = sempre, tratando-se que questionários validados para o público universitário de ambos os sexos com objetivo de avaliar a frequência quanto a preocupação, descontentamento além da insatisfação em relação a imagem corporal e o peso. Esse instrumento propicia uma avaliação constante e descritiva dos distúrbios da imagem corporal, com a possibilidade de mensurar seu papel no desenvolvimento, manutenção e resposta em relação ao tratamento de distúrbios como bulimia nervosa ou até mesmo anorexia (FORTES; FILGUEIRAS; FERREIRA, 2014).

Para classifica os resultados a partir do BSQ, é feita a soma total de pontos adquiridos de acordo com as respostas assinaladas e assim é classificado a insatisfação referente a imagem corporal, conforme nível de descontentamento e preocupação, utilizando como escore: Ausência de insatisfação: ≤ 80 ; Leve

insatisfação: ≥ 81 e ≤ 110 ; Moderada insatisfação: ≥ 111 e < 140 ; Grave satisfação: ≥ 140 . Os referidos pontos de cortes utilizados seguem os que foram validados por Di Pietro e Silveira (2009).

Já em relação ao EAT-26, é um questionário composto por 26 itens, de escala do tipo Linkert de seis pontos, variando de 0= nunca até 6 = sempre. O referido instrumento foi reconhecido internacionalmente, tornando-se um dos testes mais aplicados com objetivo de identificar a presença de transtornos alimentares anormais com indícios de transtornos alimentares (KIRSTEN; FRATTON; PORTA, 2009).

Para classificar a pontuação do EAT-26, são atribuídos pontos de 0 a 3, conforme as respostas forem marcadas, sendo: sempre = 3 pontos; muitas vezes = 2 pontos; às vezes = 1 ponto; poucas vezes = 0 ponto; quase nunca = 0 ponto e nunca = o ponto. Utiliza-se como escore quando um resultado maior que 21 representa no teste EAT positivo, sendo que o participante classificado como risco para desenvolvimento de transtorno alimentares. Quando houver um escore menor que 21 pontos o EAT, indica negativo, ou seja, o participante será classificado como padrão alimentar normal.

Para análise dos dados obtidos na presente pesquisa, foi utilizado o software SPSS versão 24.0. Os participantes foram agrupados conforme a classificação de sua imagem corporal e quanto a presença de atitudes relacionadas aos transtornos alimentares. As variáveis foram descritas em Médias, Desvio Padrão (DP), e as prevalências através de frequência absoluta, e relativa. Também foi utilizado comparação descritiva do IMC, com as variáveis de insatisfação corporal, atitudes alimentares. Utilizou-se ainda o teste qui-quadrado de Pearson, para verificar as associações entre as variáveis IMC, BSQ, e EAT-26. O nível de significância utilizado foi de 5%.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 150 do curso de bacharel em educação física, no qual as idades variaram entre 18 e 51 anos, com média de idade de 20,47 e DP \pm 5.53 anos, 64% tinham entre 18 e 25 anos.

Quanto as medidas antropométricas autorreferidas, apresentaram em relação ao peso média de 59kg DP \pm 10,11 kg e 1,69m \pm 0,66m de altura, IMC de 23,65, DP \pm 3,58 kg/m². Ao analisar o estado nutricional dos participantes da pesquisa, percebeu-se que 56% estavam com IMC normal, ou seja, considerado em eutrofia, 34% apresentaram sobrepeso, 2% estavam abaixo do peso, e 8% com sobrepeso grau I.

A tabela 1, apresenta o resultado relacionado ao BSQ, o instrumento estudado apresentou score médio de 73,46 \pm 28,19 pontos, com mínimo de 37 e máximo de 184 pontos, e percebeu-se que 36% dos estudantes apresentaram algum grau de insatisfação corporal.

Tabela 1. Avaliação da imagem corporal dos universitários de educação física, segundo o BSQ (n = 150)

Classificação BSQ	N	%
Ausência de insatisfação	96	64
Leve insatisfação	34	22,5
Moderada insatisfação	14	9,5
Grave insatisfação	6	4
Total	150	100

n: frequência absoluta; %: frequência relativa

Já a prevalência geral quanto as atitudes indicativas em relação ao transtorno alimentar, de acordo com o EAT-26, foram de 72,5%, apresentando escore médio de 14,95 \pm 7,42 pontos, escore mínimo de 0 e máximo de 62 pontos (Tabela 2).

Tabela 2. Avaliação de atitudes para transtornos alimentares dos universitários, segundo EAT-26 (n=150)

Classificação EAT	n	%
EAT positivo	109	72,5
EAT negativo	41	27,5
Total	150	

EAT positivo: > 21 pontos. n: frequência relativa

No presente estudo observou-se uma associação entre IMC e BSQ com $p < 0,001$ e também entre IMC e EAT-26, dentre os participantes universitários, aqueles com peso referido adequado apresentaram maior insatisfação com a imagem corporal

em comparação com aqueles com IMC baixo ou com sobrepeso, destacando-se, no entanto, em relação a insatisfação moderada (n = 12), e grave (n = 7), apresentando maior prevalência entre aqueles estudantes com algum grau de excesso de peso, ao somar nessa classificação sobre peso e obesidade grau I, não sendo apresentado estudantes com grau II (Tabela 3).

Quanto ao cruzamento das classificações do IMC e EAT-26, a pontuação positiva do EAT-26, apresentou maior prevalência entre os universitários com eutrofia. No entanto ao somar as classificações entre sobrepeso e obesidade grau I, apresentou uma pontuação positiva bem inferior com aqueles com peso normal (Tabela 3).

Tabela 3. Relação entre a classificação do IMC e a classificação do BSQ e do EAT-26 (n=150)

	Classificação IMC					Total (n)	p
	Baixo peso (n)	Eutrofia (n)	Sobrepeso (n)	Obesida de grau I	Obesidade grau II		
Classificação BSQ							
Ausência de insatisfação	5	57	9	0	0	71	
Leve insatisfação	2	26	18	0	0	46	<0,001
Moderada insatisfação	0	7	11	1	0	19	
Grave insatisfação	0	7	4	3	0	14	
Classificação EAT-26							
EAT positivo	2	76	31	3	0	112	
EAT negativo	5	21	11	1	0	38	<0,005
Total	7	97				150	

EAT positivo > 21 pontos; * Teste qui-quadrado significativo para p < 0,05

Já na tabela 4 foi feita a relação entre a imagem corporal e atitudes de risco para transtornos alimentares, percebendo-se 41% dos estudantes apresentaram EAT positivo (n = 45) apresentando também algum grau de insatisfação corporal.

Tabela 4. Comparação entre a insatisfação da imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares dos universitários.

Classificação BSQ*	Classificação EAT-26*			p*
	EAT positivo (n)	EAT negativo (n)	Total (n)	
Ausência de insatisfação	67	5		
Leve insatisfação	32	11		
Moderada insatisfação	9	8		<0,001
Grave insatisfação	4	14		
Total	112	38		

EAT positivo: > 21 pontos. *Teste qui-quadrado de Persson significativo para $p < 0,05$

Este estudo, no entanto, avaliou a relação entre a insatisfação da imagem corporal, juntamente atitudes para transtornos alimentares, além de estado nutricional entre os estudantes universitários do curso de bacharel em educação física.

O transtorno alimentar vem apresentando incidência de forma global cada vez maior nos últimos 20 anos, apresentando uma crescente preocupação da população em relação a sua imagem corporal (OLIVEIRA et al., 2019; SILVA et al., 2015). Dessa forma os estudos em detrimento da imagem corporal, vem crescendo de forma significativa, na qual sua percepção pode influenciar nos fatores comportamentais, hábitos e consumo alimentar. Dessa forma percebe-se que o indivíduo tem uma forma de interpretar de negativamente sua aparência, através de sentimentos de depreciar, ou manter uma preocupação exagerada quanto a forma física, utilizando-se de atitudes inadequadas direcionando a manutenção ou mesmo um alcance de desejado de uma forma física (ALVARENGA; SCAGLIUSI; PHILIPPI, 2011; SILVA et al., 2015).

No presente estudo foi observado que a maioria dos universitários apresentaram estado nutricional adequado, o que corrobora com outros realizados com universitários da área de saúde e de educação física (BOSI et al., 2014; KESSLER; POLL, 2018; KRETSCHMER et al., 2015). Quando ao peso desejado, percebeu-se grande prevalência entre jovens apresentando descontentamento com o peso atual, e desejo de perder peso, no entanto a prevalência dessa vontade de perda de peso, foi bem maior entre os considerados peso normal, confirmando o estudo de Bosi et al (2014), no qual apresentou uma prevalência de 83% das universitárias do curso de medicina com IMC normal, apresentaram essa vontade de perder peso com uma média de 3,3 kg, valor similar encontrado nos resultados destes estudo.

Perante o exposto, evidencia-se um descontentamento em relação a forma física juntamente com a vontade de perder peso, mesmo entre aqueles considerados saudáveis e com peso ideal em relação a sua idade de altura. Dessa forma reflete-se quanto ao conceito de aparência física e saúde ideal que vem sendo apresentado na mídia, considerando um corpo saudável aquele magro e musculoso, enaltecendo e valorizando essa imagem corporal o que pode direcionar por uma busca de um padrão estético que nem sempre pode ser tido como saudável, e que em alguns casos, pode ser impossível de conseguir alcançar, tendo em vista que nem sempre se considera as diferenças sociais e biológicas (BITTENCOURT; ALMEIDA, 2013; QUADROS et al., 2010).

Quanto ao BSQ, verificou-se que 36%, dos universitários apresentaram algum grau de insatisfação quanto a imagem corporal, ao somar os escores entre leve, moderado, e grave satisfação, resultado esse, em conformidade com outras pesquisas na qual utilizaram os mesmos instrumentos em acadêmicos (BOSI et al., 2014; GARCIA; CASTRO; SOARES, 2012). No entanto a insatisfação quando comparado ao IMC, apresentou maior prevalência nos universitários com estado nutricional normal, semelhante ao estudo Silva et al (2012), realizado com alunos da área da saúde o que diferencia é o curso de nutrição, e nesse estudo a maioria dos universitários com BSQ positivo apresentaram IMC normal.

Outro ponto do presente estudo, relaciona-se aos escores do BSQ para moderada e grave satisfação corporal mostraram maiores índices para os estudantes com sobre peso e obesidade, corroborando com outros estudos encontrados na literatura com pesquisa similares, onde o grau de satisfação foi maior em estudantes com excesso de peso (BOSI et al., 2006, 2014; QUADROS et al., 2010). Diante desses resultados percebe-se que ficar acima do peso para essa população em questão, pode implicar na felicidade contribuindo para baixa estima, com objetivo de se encaixar numa norma imposta pela sociedade (LIRA et al., 2017).

Ao investigar o EAT-26, os resultados demonstraram que 72,5% dos estudantes apresentaram altas prevalência de atitudes indicativas de desenvolvimento de transtornos alimentares, resultados bem superior em relação a outros estudos encontrados (CARVALHO et al., 2013; SILVA et al., 2012). Ao comparar os resultados entre os instrumentos BSQ e EAT-26, no presente estudo, foi observado associação significativa entre as variáveis ($p < 0,001$), mostrando

insatisfação com a imagem corporal em relação as atitudes alimentares com risco para desenvolver transtornos alimentares, ainda mais foi evidenciado uma maior associação ao EAT-26 positivo, em consonância com resultados de outros estudos com estudantes universitários (GARCIA; CASTRO; SOARES, 2010; MIRANDA et al., 2012).

Problemas como esses, podem ocorrer em decorrência de modelos que são estabelecidos em relação a aparência física, que podem ser influenciados pela mídia, na imagem corporal, principalmente em mulheres jovens, o que pode afetar a percepção em relação ao corpo, prevendo indícios de transtornos alimentares no público jovem com o propósito de se adequarem a esses modelos que são estabelecidos pela sociedade e mídia em geral (MARTINS; PETROSKI, 2015; VITOLO; BORTOLINI; HORTA, 2006).

CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo permitem concluir que existe uma relação entre a insatisfação da imagem corporal, as atitudes de risco para desenvolver transtornos alimentares e estado nutricional de universitários da área da saúde, e principalmente os do curso de educação física, tendo em vista a relação e influência de ter um corpo padrão influenciando pela mídia e sociedade.

Percebe-se conforme apresentado nos resultados que a insatisfação com a imagem corporal e a presença de atitudes alimentares de risco, destacou-se entre aqueles estudantes com o IMC normal. No entanto os estudantes que apresentaram algum grau de excesso de peso, tiveram maiores prevalências referente a insatisfação moderada ou grave com a imagem corporal, conforme o BSQ, da mesma forma, quanto ao EAT-26, ao ser somados as classificações para sobrepeso, e obesidade grau I, o escores positivo com atitudes podendo indicar indícios para transtornos alimentares, o que apresentou semelhança entre os eutróficos.

Conclui-se, no entanto, sobre a importância de novos estudos relacionados a prevalência de distúrbios alimentares, principalmente em estudantes de cursos da área da saúde com relação a cuidados como o corpo e alimentação, possibilitando

novas evidência para possíveis meios de prevenção e conscientização em torno de uma forte pressão cultural que existe na sociedade, o que passa a estabelecer um tipo de corpo ideal, o que na maioria das vezes se sobrepõe aos princípios de bem-estar.

Referências

- ALMEIDA, C. C.; ASSUMPÇÃO, A. A. A EFICÁCIA DO MINDFUL EATING PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES E OBESIDADE: REVISÃO INTEGRATIVA. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 3, n. 6, p. 25–36, 12 set. 2018.
- ALVARENGA, M. DOS S.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 38, p. 03–07, 2011.
- ALVES, H. J.; BOOG, M. C. F. Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 197–204, abr. 2007.
- BALOTTIN, L. et al. Triadic Interactions in Families of Adolescents with Anorexia Nervosa and Families of Adolescents with Internalizing Disorders. **Frontiers in Psychology**, v. 7, p. 2046, 5 jan. 2017.
- 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, p. 168–173, jun. 2016.
- BERNARDO, G. L. et al. Food intake of university students. **Revista de Nutrição**, v. 30, p. 847–865, dez. 2017.
- BEZERRA, M. A. A. et al. PADRÃO ALIMENTAR E PERCEPÇÃO DE IMAGEM CORPORAL DE UNIVERSITARIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências - RIEC | ISSN: 2595-0959 |**, v. 2, n. 2, p. 714–723, 28 out. 2019.
- BITTENCOURT, L. DE J.; ALMEIDA, R. A. Transtornos alimentares: patologia ou estilo de vida? **Psicologia & Sociedade**, v. 25, p. 220–229, 2013.
- BOSI, M. L. M. et al. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 55, p. 108–113, 2006.
- BOSI, M. L. M. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 38, p. 243–252, jun. 2014.

- CANALI, P. et al. Distúrbio de imagem corporal e transtornos alimentares em universitários da área da saúde. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 93, p. 244–250, 2021.
- CARVALHO, P. H. B. DE et al. Checagem corporal, atitude alimentar inadequada e insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 62, p. 108–114, jun. 2013.
- CATÃO, L. G.; TAVARES, R. L. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. **Revista Campo do Saber**, v. 3, n. 1, 28 jan. 2020.
- COOPER, P. J. et al. The development and validation of the body shape questionnaire. **International Journal of Eating Disorders**, v. 6, n. 4, p. 485–494, 1987.
- CORDAS, T. A.; NEVES, J. E. P. DAS. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. **Rev. psiquiatr. clín. (São Paulo)**, v. 26, n. 1, n.esp, p. 41–7, fev. 1999.
- DI PIETRO, M.; SILVEIRA, D. X. DA. Internal validity, dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 31, p. 21–24, mar. 2009.
- DINIZ, N. O.; LIMA, D. M. A. A atuação do psicólogo no atendimento a pacientes com transtorno alimentar de bulimia nervosa. **Revista de Humanidades**, v. 32, n. 2, p. 214–222, 2017.
- FARIAS, C. T. S.; ROSA, R. H. A educação alimentar e nutricional como estratégia no tratamento dos transtornos alimentares / Food and nutrition education as a strategy in the treatment of eating disorders. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 10611–10620, 26 ago. 2020.
- FAUSTINO-SILVA, D. D.; JUNG, N. M.; PORTA, L. L. L. Abordagem comportamental como estratégia para o tratamento da obesidade na Atenção Primária à Saúde. **APS EM REVISTA**, v. 1, n. 3, p. 189–197, 7 dez. 2019.
- FERREIRA, N.; SÁ, R. B. DE; TOLEDO, P. C. Quando os discursos transformam e transtornam: uma abordagem psicossocial das práticas alimentares sobre corpos femininos. **Revista Mosaico**, v. 11, n. 1, p. 78–82, 16 jun. 2020.
- FORTES, L. DE S. et al. Comparação do comportamento de risco para transtornos alimentares entre adolescentes atletas e não atletas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 64, p. 296–302, dez. 2015.
- FORTES, L. DE S.; ALMEIDA, S. DE S.; FERREIRA, M. E. C. Impacto de variáveis antropométricas sobre a insatisfação corporal e o comportamento alimentar em jovens atletas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, p. 235–241, 2012.
- FORTES, L. DE S.; FILGUEIRAS, J. F.; FERREIRA, M. E. C. Comportamentos de risco para transtornos alimentares e sintomas depressivos: um estudo com jovens do sexo feminino de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, p. 2443–2450, nov. 2014.

GARCIA, C. A.; CASTRO, T. G.; SOARES, R. M. Comportamento Alimentar e Imagem Corporal Entre Estudantes de Nutrição de uma Universidade Pública de Porto Alegre - RS. **Clinical & Biomedical Research**, v. 30, n. 3, 23 set. 2010.

INÁCIO, A. R.; FERREIRA, G. DA S.; MARCHESI, J. ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS NO ACOMPANHAMENTO DE PACIENTES COM ANOREXIA NERVOSA – Uma revisão da literatura. **Revista Saúde UniToledo**, v. 2, n. 1, 17 ago. 2018.

JUSTINO, M. I. C.; ENES, C. C.; NUCCI, L. B. Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 20, p. 715–724, 30 out. 2020.

KASSAHARA, A.; SARTI, F. M. Marketing of food and beverage in Brazil: scientific literature review on regulation and self-regulation of advertisements. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 22, p. 589–602, 21 dez. 2017.

KESSLER, A. L.; POLL, F. A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, p. 118–125, jun. 2018.

KIRSTEN, V. R.; FRATTON, F.; PORTA, N. B. D. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. **Revista de Nutrição**, v. 22, p. 219–227, abr. 2009.

KOTILAHTI, E. et al. Treatment interventions for Severe and Enduring Eating Disorders: Systematic review. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 8, p. 1280–1302, 2020.

KRETSCHMER, A. C. et al. ESTADO NUTRICIONAL E HÁBITOS ALIMENTARES DE ACADÊMICOS DE UMA UNIVERSIDADE DO NORTE DO RIO GRANDE DO SUL. **Saúde (Santa Maria)**, p. 121–128, 23 dez. 2015.

LEMES, D. C. M. et al. Body image satisfaction and subjective wellbeing among ninth-grade students attending state schools in Canoas, Brazil. **Ciencia & Saude Coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4289–4298, dez. 2018.

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, p. 164–171, set. 2017.

LOUREIRO, M. P. Estado nutricional e hábitos alimentares de universitários. **Segurança Alimentar e Nutricional**, v. 23, n. 2, p. 955–972, 20 dez. 2016.

MACEDO, F. L.; CAMPANA, H. DE L.; CLEMENTE, R. P. ANOREXIA E TRANSTORNOS ALIMENTARES: ASPECTOS DA VIDA CONTEMPORÂNEA. **Revista InterCiência - IMES Catanduva**, v. 1, n. 3, p. 25–25, 2019.

MARTINS, C. R.; PETROSKI, E. L. Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino de uma cidade de pequeno porte: prevalência e correlações. **Motricidade**, v. 11, n. 2, p. 94–106, 25 jul. 2015.

- MEDEIROS, T. H.; CAPUTO, E. L.; DOMINGUES, M. R. Insatisfação corporal em frequentadoras de academia. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 38–44, mar. 2017.
- MIRANDA, V. P. N. et al. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, p. 25–32, 2012.
- MOREIRA, D. E. et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de Nutrição e Administração. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN**, v. 8, n. 1, p. 18–25, 30 jul. 2017.
- NASCIMENTO, V. S. DO et al. Associação entre transtornos alimentares, suicídio e sintomas depressivos em universitários de cursos de saúde. **einstein (São Paulo)**, v. 18, 20 dez. 2019.
- NEVES, C. M. et al. IMAGEM CORPORAL NA INFÂNCIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 35, p. 331–339, 20 jul. 2017.
- OLIVEIRA, A. P. G. DE et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. [1-9], 2020.
- OLIVEIRA, T. C. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. **Sigmae**, v. 8, n. 2, p. 771–778, 2 ago. 2019.
- PALLIER, A. et al. Dental and periodontal health in adults with eating disorders: A case-control study. **Journal of Dentistry**, v. 84, p. 55–59, maio 2019.
- PEREIRA, E. R. M.; COSTA, M. N. DA S.; AOYAMA, E. DE A. ANOREXIA E BULIMIA NERVOSA COMO TRANSTORNOS ALIMENTARES NA ADOLESCÊNCIA. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, 11 maio 2020.
- PUGGINA, A. C. et al. Relação entre necessidade de adornos com satisfação com imagem corporal e autoconceito profissional da equipe de enfermagem. **Escola Anna Nery**, v. 19, p. 563–570, dez. 2015.
- QUADROS, T. M. B. DE et al. Imagem corporal em universitários: associação com estado nutricional e sexo. **Motriz rev. educ. fís. (Impr.)**, v. 16, n. 1, p. 78–85, mar. 2010.
- REIS, J. A. DOS et al. Fatores associados ao risco de transtornos alimentares entre acadêmicos da área de saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 35, n. 2, p. 73–78, jun. 2014.
- SILVA, J. D. et al. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, p. 3399–3406, dez. 2012.
- SILVA, W. R. et al. Fatores que contribuem para preocupação com a imagem corporal de estudantes universitárias. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 18, p. 785–797, dez. 2015.

SIQUEIRA, A. B. R.; DOS SANTOS, M. A.; LEONIDAS, C. Confluências das relações familiares e transtornos alimentares: revisão integrativa da literatura. **Psicologia Clínica**, v. 32, n. 1, p. 123–149, abr. 2020.

SOUSA, F. DAS C. A. et al. Estudo do estado nutricional, imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares em acadêmicas de nutrição. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 93, n. 31, p. e-020040, 4 set. 2020.

UZUNIAN, L. G.; VITALLE, M. S. DE S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3495–3508, nov. 2015.

VALL, E.; WADE, T. D. Predictors of treatment outcome in individuals with eating disorders: A systematic review and meta-analysis. **The International Journal of Eating Disorders**, v. 48, n. 7, p. 946–971, nov. 2015.

VÁZQUEZ-VELÁZQUEZ, V. et al. Eating behavior and psychological profile: associations between daughters with distinct eating disorders and their mothers. **BMC Women's Health**, v. 17, p. 74, 6 set. 2017.

VITTOLO, M. R.; BORTOLINI, G. A.; HORTA, R. L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 28, p. 20–26, abr. 2006.