

ASSOCIAÇÃO ENTRE OBESIDADE E COMPORTAMENTO DE RISCO PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO

Beatriz Alves Mota¹;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/9215947288776124>

Maria Beatriz de Arruda²;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/0702270808103949>

Fabiane Lima Pinheiro Sousa³;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/5099593244155333>

Andreza Melo Vasconcelos⁴;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/7053615265902092>

Robson Fadell Lemos⁵;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/7207556922280322>

Karine Lima Souza⁶;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/0527980041576455>

Taynara Cunha Ferreira de Oliveira⁷;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/1157719352466566>

Arielle Farias da Cruz⁸;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/3266443709604370>

Jeferson Silva de Souza⁹;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/0251087624271476>

Alessandra Rocha Job¹⁰;

Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG, Belo Horizonte (Minas Gerais)

<http://lattes.cnpq.br/4285585603521659>

Alanderson Alves Ramalho¹¹;

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/1173989709557324>

Camyla Rocha de Carvalho Guedine¹².

Universidade Federal do Acre – UFAC, Rio Branco (Acre)

<http://lattes.cnpq.br/7369185929055115>

RESUMO: A obesidade é o acúmulo excessivo de gordura corporal que pode atingir graus capazes de prejudicar a saúde, sendo considerada um problema de saúde pública. No Brasil e no mundo, a prevalência de obesidade aumentou vertiginosamente, sendo este grupo susceptível a estigmas relacionados ao peso, os quais podem levar a comportamentos alimentares de risco. Esse estudo teve como objetivo analisar a associação entre os comportamentos alimentares de risco para TA, variáveis antropométricas, prática de atividades físicas e uso de recursos ergogênicos em estudantes de Nutrição. Estudo do tipo transversal realizado com estudantes maiores de 18 anos, matriculados no curso de nutrição da Universidade Federal do Acre. Foram utilizados para a coleta de dados um questionário para avaliação do estado nutricional, prática de atividade física, uso de suplementos e esteroides, além do questionário simplificado para triagem de comportamentos de risco para TA. Os dados foram submetidos ao teste de qui-quadrado (χ^2) de Pearson e a regressão logística não condicional. Todos os procedimentos foram aprovados pelo CEP da UFAC com nº4.252.314. Foram investigados 138 participantes, onde 59,4% praticavam atividade física, 20,3% consumiam suplementos alimentares e 2,2% usavam esteroides. Dados antropométricos revelaram que 2,9% estavam classificados como abaixo do peso, 31,4% como sobrepeso, 51,8% como eutróficos e 13,9% como obesos. A frequência de comportamento de risco para TA foi de 30,4%, destacando-se o consumo excessivo de alimentos (25,1%) e a prática de restrição alimentar (7,9%). A obesidade foi o único fator associado ao comportamento de risco para TA ajustado por sexo e idade, onde a chance de um estudante universitário com comportamento de risco para TA ter obesidade foi 3,27. Destacamos que novos estudos devem ser realizados para discussão sobre essa temática de grande importância que tem crescido significativamente com o passar dos anos.

PALAVRAS-CHAVE: Comer transtornado. Restrição alimentar. Consumo excessivo de alimentos.

ASSOCIATION BETWEEN OBESITY AND RISK BEHAVIOR FOR EATING DISORDERS IN NUTRITION STUDENTES

ABSTRACT: Obesity is the excessive accumulation of body fat, which can reach levels that are harmful to health, and is considered a public health problem. In Brazil and around the world, the prevalence of obesity has increased dramatically, and this group is susceptible to weight-related stigmas, which can lead to risky eating behaviours. The aim of this study was to analyse the association between dietary risk behaviours for ED, anthropometric variables, physical activity and the use of ergogenic resources in nutrition students. A cross-sectional study was carried out with students over 18 years of age, enrolled in the nutrition course at the Federal University of Acre. A questionnaire was used to collect data on nutritional status, physical activity, use of supplements and steroids, as well as a simplified questionnaire to screen for risk behaviours for AD. The data was submitted to Pearson's chi-squared (X²) test and unconditional logistic regression. All the procedures were approved by the UFAC's CEP under number 4.252.314. 138 participants were investigated, 59.4% of whom practised physical activity, 20.3% consumed food supplements and 2.2% used steroids. Anthropometric data revealed that 2.9% were classified as underweight, 31.4% as overweight, 51.8% as eutrophic and 13.9% as obese. The frequency of risk behaviour for ED was 30.4%, with excessive food consumption (25.1%) and the practice of food restriction (7.9%) standing out. Obesity was the only factor associated with risk behaviour for ED adjusted for gender and age, where the chance of a university student with risk behaviour for ED being obese was 3.27. We emphasise that further studies should be carried out to discuss this very important issue, which has grown significantly over the years.

KEYWORDS: Disorderd eating. Food restriction. Excessive food consumption.

INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) a obesidade é acúmulo excessivo de gordura corporal que pode atingir graus capazes de prejudicar a saúde, sendo considerada um problema de saúde pública (WHO, 2000). O Ministério da Saúde através do Vigitel Brasil realizado em 2023, aponta um crescimento na frequência de obesidade no Brasil onde em 2006, essa frequência era de 11,8% indivíduos adultos obesos e em 2023 esse número passa a ser 24,3% de indivíduos (Brasil, 2023).

Este grupo é susceptível a estereótipos e estigmas relacionados ao peso, os quais podem levar a comportamentos alimentares de risco que precedem os Transtornos Alimentares (TA) clássicos e podem levar a prejuízos físicos e emocionais, isolamento social, insatisfação corporal, podendo evoluir para o próprio transtorno (Leal, 2013).

Os comportamentos alimentares de risco são caracterizados por práticas não saudáveis para o controle do peso, como refeições restritivas em quantidade e qualidade

de nutrientes, pular refeições, prática de jejum tomar remédios para emagrecer e uso de substitutos de alimentos (APA, 2023; ADA, 2006).

A obesidade e os transtornos alimentares são problemas de saúde pública crescentes, com impactos significativos na qualidade de vida das pessoas. Estudos anteriores sugerem que a associação entre esses dois problemas pode ser complexa e multifatorial. Considerando que estudantes de nutrição possuem conhecimento sobre os princípios de uma alimentação saudável, espera-se que apresentem menor prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares (Santos *et al.* 2021). No entanto, a literatura científica aponta para a existência de um paradoxo, com alguns estudos demonstrando que esses profissionais podem estar igualmente suscetíveis a esses distúrbios. Além disso, a literatura destaca uma alta prevalência de comportamentos de risco em universitários e em estudantes de nutrição quando comparados aos outros cursos (Fiates, 2001; Alvarenga; Scagliusi; Philippi, 2011; Gonçalves, 2008; Moreira, 2017).

Ao discutir sobre esse tema é possível promover a conscientização sobre os fatores que contribuem para tais práticas e desenvolver estratégias preventivas. Sendo assim, o objetivo do estudo foi analisar a associação entre os comportamentos alimentares de risco para TA, variáveis antropométricas, prática de atividades físicas e uso de recursos ergogênicos em estudantes de Nutrição.

MÉTODOS

Estudo do tipo transversal de caráter quantitativo e descritivo realizado com acadêmicos do curso de nutrição da UFAC, de ambos os sexos, maiores de 18 anos. Para a caracterização da amostra foi utilizado um questionário de avaliação sociodemográfica, atividade física e uso de suplementos e esteroides. Foram excluídos aqueles que, por algum motivo, deixaram de responder a mais de 5% das perguntas (protocolo de pesquisa), ou que auto relataram algum transtorno mental diagnosticado previamente (depressão, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno alimentar, entre outros) e indígenas.

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos (CEP) da Instituição de ensino superior na qual os dados foram coletados, com o parecer de aprovação nº4.252.314 (CAAE: 35941020.9.0000.5010). Todos os participantes concordaram em participar da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Foram utilizados para a coleta de dados um questionário para avaliação do estado nutricional, prática de atividade física, uso de suplementos e esteroides, além do questionário simplificado para triagem de comportamentos de risco para TA para investigar a frequência de episódios de compulsão alimentar, a frequência do uso de práticas que tenham como objetivo controlar o ganho de peso ou possíveis meios compensatórios após um consumo excessivo de alimentos (Ferreira, 2008).

Após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição de ensino, por meio da coordenação do curso, foi obtida a listagem de todos os alunos matriculados no curso de Nutrição no semestre de desenvolvimento da pesquisa. Aqueles regularmente matriculados e frequentes no curso foram convidados para participar do estudo.

Os questionários foram respondidos individualmente pelos alunos, na sala de reunião do curso de Nutrição, após a anuência dos participantes e a apresentação do Termo de Consentimento Livre Esclarecimento, contendo os esclarecimentos e objetivos da presente pesquisa.

Foi considerado comportamento de risco para TA a prática de um ou mais comportamentos de restrição, compulsão, vômitos auto induzidos, utilização de laxantes ou diuréticos pelo menos uma vez por semana nos três meses antecedentes a entrevista. O teste de qui-quadrado (χ^2) de Pearson e a regressão logística não condicional foram utilizados para explorar as possíveis associações entre o comportamento de risco para TA e o estado antropométrico. Para todos os testes utilizou-se grau de significância de 5%. Todas as análises foram realizadas no software Statistical Package for the Social Science – SPSS, versão 26.0.

RESULTADOS

Foram investigados 138 participantes onde 59,4% praticavam atividade física, 20,3% consumiam suplementos alimentares e 2,2% usavam esteroides. Dados antropométricos revelaram que 2,9% estavam abaixo do peso, 51,8% eutróficos, 31,4% com sobrepeso, e 13,9% com obesidade.

A frequência de comportamento de risco para TA foi de 30,4%, destacando-se que, 25,1% dos estudantes relataram comer excessivamente uma ou mais vezes por semana e 7,9% fizeram restrição, ou seja, ficaram sem comer ou comeram pouca comida durante esse mesmo período (Tabela 1).

Tabela 1. Distribuição de comportamentos de risco para transtornos alimentares dos estudantes de nutrição nos três meses antecedentes à entrevista. Rio Branco, AC, 2023.

	Nenhuma vez		Menos que uma vez por semana		Uma vez por semana		Duas ou mais vezes por semana	
	N	%	n	%	n	%	n	%
Comer excessivamente	75	54,0	29	20,9	18	12,9	17	12,2
Laxativos	134	96,4	3	2,2	1	0,7	1	0,7
Diurético	137	98,6	1	0,7	0	0,0	0	0,0
Vômitos autoinduzidos	138	99,3	0	0,0	1	0,7	0	0,0

Restrição (Ficar sem comer ou comer pouca comida)

119 85,6 8 5,8 4 2,9 7 5,0

A obesidade foi o único fator associado ao comportamento de risco para TA ajustado por sexo e idade, onde a chance de um estudante universitário com comportamento de risco para TA ter obesidade foi 3,27 vezes a chance de um estudante com comportamento de risco para TA não ter obesidade (Tabela 2).

Tabela 2. Associação entre obesidade e comportamento de risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. Rio Branco, AC, 2023.

Variáveis	RC bruta	IC95%	valor de p *	RC ajustada	IC95%	valor de p *
Obesidade **						
Não	1			1		
		1,11 -			1,18 -	
Sim	2,99	8,02	0,030	3,27	9,04	0,023

* Teste de Wald

** Razão de chances ajustada por sexo e idade.

DISCUSSÃO

De acordo com nossos resultados mais da metade dos estudantes praticavam regularmente atividade física, um ponto positivo visto que, é imprescindível para o bem-estar, saúde física e mental, prevenindo e tratando doenças metabólicas, cardiovasculares e obesidade. Dentre os principais efeitos da prática de atividade física têm-se uma melhora na capacidade cardiovascular e respiratória, na resistência física e muscular, na densidade óssea, mobilidade articular e em parâmetros metabólicos como a pressão arterial e glicemia. Além de proporcionar efeitos psicológicos positivos, promovendo uma melhora da autoestima, redução do estresse, ansiedade e do risco de isolamento social e significativa melhora na função cognitiva e cerebral (American College of Sports Medicine, 2009; Silva; Nunes, 2014; Erickson *et al.*, 2019).

Um estudo feito por Santana *et al.* (2021) realizado na Universidade Federal da Bahia com 401 universitários da área da saúde, obteve um resultado semelhante, com 61,6% de praticantes de atividade física. Além disso, esses pesquisadores relataram que 51,1% dos estudantes consumiam suplemento alimentar.

Mazza, Dumith e Knuth, (2022) corroborando com nossos dados, apontaram em um estudo do tipo transversal realizado na Universidade Federal do Rio Grande com 1.401 estudantes que, 29,7% dos estudantes utilizavam algum tipo de suplemento alimentar

concomitante com a prática de atividades físicas, e os suplementos mais utilizados foram whey protein (79%), maltodextrina (48%) e isotônicos (45%).

Um estudo descritivo transversal de prevalência que avaliou 337 alunos de medicina de uma instituição privada localizada em Salvador, no estado da Bahia, exibiu em seus resultados que os suplementos alimentares mais utilizados foram os aminoácidos e os concentrados proteicos (30,3%), as vitaminas, os complexos vitamínicos e outros produtos naturais (21,1%) e as bebidas energéticas (10,1%). Por outro lado, dentre os menos citados, têm-se os suplementos hipercalóricos (1,8%) e os esteroides anabolizantes (0,9%) (Brito; Dias, 2020).

Corroborando com nossos dados sobre o estado nutricional e a presença de comportamento de risco para TA, o estudo de Vieira, Rocha e Souza (2023) realizado em uma instituição de ensino superior com 477 universitários, no município de Belo Horizonte, Minas Gerais, que teve como um dos principais objetivos avaliar atitudes de risco para transtornos alimentares por meio do Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26) apontou que 35,6% dos estudantes apresentaram um comportamento de risco para TA. Ademais, quanto ao estado nutricional verificou-se que 7,6% apresentaram baixo peso, 52,1% eram eutróficos e 40,3% estavam acima do peso.

No estudo conduzido por Moraes e colaboradores (2016) com graduandas do curso de nutrição de dois centros universitários privados e uma universidade pública (n=254), foi identificado o risco de desenvolver transtornos alimentares em 22,4% das acadêmicas, onde a presença de comportamentos de risco para TA mostrou-se associada de maneira significativa com o tipo de instituição e a omissão do almoço, em que as alunas da rede privada e as que omitiram o almoço apresentaram maior frequência de risco para o desenvolvimento dessa doença.

Quanto ao estado nutricional, no presente estudo houve associação entre a obesidade e a presença de comportamentos de risco para TA, concordando com os achados do estudo de Alvarenga, Scagliusi e Philippi (2011) com 2.483 universitárias de cinco regiões do Brasil, que apontaram uma frequência de comportamento de risco para transtornos alimentares variando de 23,7% a 30,1% nas cinco regiões, além da influência do IMC ao correlacionar com o escore do EAT-26 no modelo final da análise de covariância. Além de corroborar com os resultados de Reis e Soares (2017) ao observar que dentre 165 universitárias de uma universidade pública, 32,7% tinham risco para TA e as estudantes com excesso de peso apresentaram mais chance de desenvolver esse transtorno. Por outro lado, o estudo de Moraes e colaboradores (2016) supracitado demonstra em seus resultados que não houve associação entre o estado nutricional e a presença de comportamentos de risco para TA em universitárias.

É importante salientar a magnitude da presença de comportamentos de risco apresentados neste trabalho, visto que, esses comportamentos podem evoluir para síndromes completas de TA, acarretando em prejuízos a saúde física, mental e social.

E como demonstrada a associação com a presença de obesidade, eleva a emergência em saúde, devido à gravidade dessas doenças, as opções limitadas e taxas elevadas de insucesso dos tratamentos, além dos elevados custos (APA, 2023; Neumark-Sztainer, 2005).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos dados coletados e analisados revelou-se uma associação direta entre a obesidade e os comportamentos de risco para o surgimento de TA, com destaque para o comportamento de comer excessivamente e fazer restrição uma ou mais vezes por semana.

Ao observarmos os dados foi possível detectar que apesar do quantitativo significativo de estudantes adeptos a prática de atividade física, há um aumento do diagnóstico de sobrepeso e obesidade. Validando a necessidade da realização de novas pesquisas com levantamento de hipóteses para responder questionamentos relacionados ao tema, além da necessidade de uma intervenção de educação nutricional, realizada pelo profissional nutricionista com a finalidade de promoção de saúde.

Destacamos que novos estudos devem ser realizados para efeitos de discussão sobre essa temática de grande importância que tem crescido significativamente com o passar dos anos. Além da capacitação de profissionais da saúde para melhor resolução desta problemática.

DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflito de interesses.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, M. dos S.; SCAGLIUSI, F. B.; PHILIPPI, S. T. Comportamentos de risco para transtorno alimentar em universitárias brasileiras. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 38, n.01, p. 3-7, 2011.

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. American College of Sports Medicine position stand. Exercise and physical activity for older adults. **Medicine e Science in Sports e Exercise**, v. 4, n. 07, p. 1510-1530, 2009.

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR**. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ASSOCIAÇÃO DIETÉTICA AMERICANA (ADA). Posição da Associação Dietética Americana: Intervenção nutricional no tratamento da anorexia nervosa, bulimia nervosa e outros transtornos alimentares. **Jornal da Associação Americana de Dietética**, v. 106, p. 2073-2082, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2023: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

BRITO, V. M. A.; DIAS, J. P. Prevalência de uso de suplementos nutricionais e outras substâncias por estudantes de medicina em Salvador, Bahia, 2020. **Revista de Medicina**, v. 102, n. 1, p. 200-696, jan./fev. 2013.

ERICKSON, K. I. *et al.* Physical Activity, Cognition, and Brain Outcomes: A Review of the 2018 Physical Activity Guidelines. **Medicine e Science in Sports e Exercise**, v. 51, n. 06, p. 1242-1251, 2019.

FERREIRA, J. E. S.; VEIGA, G. V. Confiabilidade (teste-reteste) de um questionário simplificado para triagem de adolescentes com comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 11, n. 3, p. 393-401, 2008.

FIATES, G. M. R.; SALLES, R. K. DE. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Revista de Nutrição**, v. 14, p. 03-06, 2001.

GONÇALVES, T. D. *et al.* Comportamento anoréxico e percepção corporal em universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 57, n. 03, p. 166 -170, 2008.

LEAL, G. V. DA S. *et al.* O que é comportamento de risco para transtornos alimentares em adolescentes? **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 62, n. 01, p. 62-75, 2013.

REIS, A. S.; SOARES, L. P. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 21, n. 04, p. 281-290, 2017.

MAZZA, S. E. I.; DUMITH, S. DE C.; KNUTH, A. G. Uso de suplementos alimentares combinado com a prática de atividade física entre universitários do extremo sul do Brasil. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 30, n. 1, p. 33-43, jan. 2022.

MORAES, J. M. M. *et al.* Fatores associados à insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v.17, n. 02, p. 106-111, 2016.

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. 08, n. 01, p. 18-25, 2017.

NEUMARK-SZTAINER, D. Can we simultaneously work toward the prevention of obesity and eating disorders in children and adolescents. **International Journal of Eating Disorder**, v. 38, n.03, p. 220-227, 2005.

SANTANA *et al.* Uso de suplementos alimentares por universitários da área de Saúde em

Salvador – BA. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 36, n. 01, p. 68-74, jan. 2021.

SANTOS *et al.* Comportamento alimentar e imagem corporal em universitários da área de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.70, n. 02, 2021.

SILVA, D. A. S., NUNES, H. E. G. Imagem corporal e estágios de mudança de comportamento para atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 19, n. 05, p. 597-607, 2014.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity: prevent - ing and managing the global epidemic**. Geneva: World Health Organization; 2000. (WHO Technical Report Series, 894).