

RESUMO - ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

**ORTOREXIA NERVOSA EM BRASILEIROS: A RELAÇÃO ENTRE  
PRÁTICAS ALIMENTARES E O DESENVOLVIMENTO DE  
COMPORTAMENTO DISFUNCIONAL**

*Rachel Leão Santana Da Costa (rachellscostaa@gmail.com)*

*Elaine Cristina De Souza Lima (elaine.lima@unirio.br)*

*Adriana Oliveira Andrade (andrade.ufrrj@gmail.com)*

A preocupação com a alimentação saudável tem crescido nas últimas décadas devido à disseminação de informações sobre nutrição e bem-estar. No Brasil, observa-se o crescimento do vegetarianismo, motivado por questões éticas, ambientais e de saúde. Em alguns casos, a busca pelo ideal de saudabilidade pode resultar no desenvolvimento de comportamentos disfuncionais, como a Ortorexia Nervosa (ON), caracterizada pela obsessão por uma alimentação considerada pura, podendo levar a restrições severas e impactos negativos na qualidade de vida. Diante disso, o objetivo do estudo é avaliar a tendência à Ortorexia Nervosa entre brasileiros, considerando a relação entre padrões alimentares, preocupação com a alimentação saudável e o desenvolvimento de comportamento alimentar disfuncional, especificamente a ON. Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem qualitativa e quantitativa. Foi formulado um questionário online contendo a escala ORTO-15 para avaliar a tendência à ON, divulgado através das redes sociais. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UNIRIO (CAAE: 91645218.900005285) e teve como critério de inclusão: maiores de 18 anos, ter preenchido todas as perguntas contidas no questionário da escala ORTO-15 e ter fornecido o consentimento.

Foram obtidas 906 respostas, mas apenas 672 participantes estavam aptos a serem analisados, conforme o critério de inclusão. Da amostra analisada, 87,7% eram mulheres, majoritariamente entre 18 e 25 anos. A renda mais frequente foi de 1 a 2 salários-mínimos (33,8%), e 54,7% eram estudantes. Quanto aos hábitos alimentares, 88,9% eram onívoros ou semi-vegetarianos, e 10,2% vegetarianos. O risco para ON foi identificado em 35,86% da amostra, principalmente entre mulheres, estudantes e onívoros (74,17%). A percepção da alimentação variou: 49,3% dos vegetarianos a classificavam como "boa", contra 23,3% dos onívoros e semi-vegetarianos. O medo de engordar foi relatado por 76,2% dos onívoros e 62,3% dos vegetarianos. Conclui-se que o estudo revelou uma prevalência de risco para ON, especialmente entre jovens e mulheres, evidenciando que uma preocupação excessiva com alimentação saudável pode estar atrelado a comportamentos disfuncionais. Logo, tal temática requer uma maior atenção por parte dos profissionais de saúde. Mais pesquisas são necessárias para aprofundar o entendimento desse fenômeno e desenvolver estratégias de prevenção e intervenção eficazes.

Palavras-chave: comportamento alimentar; ortorexia nervosa; vegetarianismo e comportamento disfuncional.