



# COMPORTAMENTOS ALIMENTARES DISFUNCIONAIS E INSATISFAÇÃO CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE

*Daniel Pereira Maier<sup>1</sup>, Giovanna Locateli Fioravanti<sup>2</sup>, Isabelle Zanquetta Carvalho<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmico do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.  
dpereiramaier@gmail.com

<sup>2</sup>Acadêmica do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR.  
gilocfio@gmail.com

<sup>3</sup>Orientadora, Doutora, Docente no Curso de Nutrição, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI.  
isabelle.carvalho@unicesumar.edu.br

## RESUMO

Este estudo tem como objetivo verificar a relação entre comportamentos alimentares disfuncionais e a insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários da área da saúde das instituições de ensino superior de Maringá/PR. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal, que utilizará o questionário Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) para avaliar os tipos de comportamento alimentar (emocional, externo e restritivo) e o Teste de Silhuetas Brasileiras (TSB) para análise da percepção corporal e insatisfação com a imagem corporal. Os dados serão coletados por meio de formulários online, aplicados aos acadêmicos após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa. Todos os participantes deverão assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A análise estatística será realizada com o software SPSS, utilizando testes de correlação de Pearson ou Spearman para avaliar relações entre variáveis e testes t de Student ou ANOVA para análise de diferenças entre grupos. Espera-se identificar padrões de comportamentos alimentares disfuncionais e níveis de insatisfação corporal, bem como diferenças entre gêneros e cursos da área da saúde. Os resultados obtidos contribuirão para o desenvolvimento de estratégias de intervenção voltadas à promoção de saúde mental e nutricional no ambiente universitário.

**PALAVRAS-CHAVE:** Imagem Corporal; Promoção Da Saúde; Transtornos Alimentares.

## 1 INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar pode ser definido como um conjunto de ações ligadas à alimentação, envolvendo o quê, como, onde, quando e com quem se pratica o ato de alimentar-se (Alvarenga et al., 2019). Esse comportamento é influenciado por fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais, sendo, portanto, multifatorial. Também se compreende que o comportamento alimentar pode ser impactado por agentes externos, como fatores socioambientais e pressão de pessoas do mesmo círculo social, majoritariamente às mulheres (Stanzus, Frank & Geiger, 2019).

Nas últimas duas décadas, diversos estudos passaram a investigar a influência de comportamentos alimentares disfuncionais no aumento do estresse. Essas pesquisas indicam uma associação entre estresse e mudanças nos hábitos alimentares em indivíduos de diferentes idades (Araiza & Lobel, 2018; Hill et al., 2018). Especificamente no contexto universitário, observa-se a prevalência de comportamentos alimentares disfuncionais ligados a distúrbios da imagem corporal, especificamente em estudantes da área da saúde, que de forma frequente lidam com a pressão social relacionada à manutenção de hábitos saudáveis e boa aparência física (Rolim et al., 2021; Gabriel et al., 2022; Lucena et al., 2022).

A imagem corporal é a representação mental que o indivíduo possui de seu próprio corpo, influenciada por sua percepção, emoções e comportamentos relacionados. Ela possui dimensões atitudinais e perceptivas: a primeira relacionada à insatisfação corporal e a segunda à exclusão da autoimagem. Atualmente, a vivência da imagem corporal está profundamente ligada à era digital, em que a constante exposição às mídias sociais e aos



padrões de beleza inalcançáveis tem reforçado a insatisfação corporal, especialmente entre jovens e adultos (Thompson, Burke & Krazczyk, 2012).

A insatisfação corporal, frequentemente associada à baixa autoestima, estresse, depressão e isolamento social, pode desencadear o uso de práticas relacionadas à saúde, como dietas extremas, uso de laxantes ou diuréticos, e exercícios físicos em excesso, sem distinção entre idade, sexo ou estado nutricional (Ferreira, Trindade & Martinho, 2015). Esses comportamentos reforçam a associação entre distorções da imagem corporal e disfunções no comportamento alimentar (Nogueira-de-Almeida et al., 2018; De Souza & Alvarenga, 2016).

Estudantes frequentemente vivenciam episódios de compulsão alimentar, mesmo diante da busca por um corpo e estilo de vida considerados ideais. Essa contradição evidencia a relação entre comportamentos alimentares desordenados e distúrbios de imagem corporal, impulsionada por preocupações com a forma física, pressão psicológica e a falta de tempo para o preparo adequado das refeições (Leão et al., 2018; Oliveira et al., 2020; Gabriel et al., 2022). A insatisfação com a própria imagem também é comum entre indivíduos com transtornos alimentares, o que reforça a ligação entre esses distúrbios e a constante busca por padrões estéticos idealizados (Moraes et al., 2016; Leão et al., 2018; Lucena et al., 2022).

Essa problemática torna-se ainda mais evidente entre universitários, especialmente aqueles inseridos na área da saúde, que vivenciam um período de intensas transformações e estão particularmente expostos a exigências sociais e estéticas. Tais riscos se agravam nesse grupo por estarem em fase de transição, enfrentando mudanças biológicas, sociais e de autonomia, além da constante exposição à cobrança estética (Silva et al., 2019). Em uma amostra de universitários brasileiros, cerca de 64% apresentaram insatisfação corporal, com variações regionais em relação ao conceito de corpo ideal (Alvarenga, Scagliusi & Philippi, 2011). Distúrbios de imagem e comportamento alimentar disfuncional caminham, assim, lado a lado, sendo essenciais de serem investigados nesse público-alvo (Nogueira-de-Almeida et al., 2018).

Diante desse contexto, torna-se evidente a necessidade de compreender os fatores associados aos distúrbios de imagem corporal e aos comportamentos alimentares disfuncionais entre universitários, direcionando à promoção da saúde, prevenção de transtornos alimentares e elaboração de estratégias de intervenção e apoio.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Esta pesquisa possui natureza quantitativa, descritiva e transversal, com enfoque em compreender a relação entre os comportamentos alimentares disfuncionais e a percepção da imagem corporal em estudantes universitários da área da saúde. O estudo será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa para apreciação e aprovação e seguirá todas as normas éticas vigentes, conforme a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Somente após a aprovação ética será iniciado o processo de coleta de dados.

### **2.1. Participantes e Consentimento**

Os participantes serão estudantes universitários de cursos da área da saúde de instituições de ensino superior em Maringá/PR. Todos os participantes deverão assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que explicitará os objetivos da pesquisa, os procedimentos a serem realizados, os possíveis riscos e benefícios, bem como os direitos dos participantes, como a garantia de confidencialidade e a liberdade para desistir a qualquer momento sem prejuízo.



## 2.2. Instrumentos de Coleta de Dados

A coleta de dados será realizada por meio de dois instrumentos validados:

1. Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ): Este questionário, desenvolvido por Van Strien et al. (1986) e traduzido para o português por Almeida et al. (2001), será utilizado para avaliar três tipos principais de comportamento alimentar: comer emocional, comer externo e comer restritivo. Ele é composto por 33 itens avaliados em uma escala Likert de 5 pontos, variando de 1 (nunca) a 5 (com muita frequência).

2. Teste de Silhuetas Brasileiras (TSB): Desenvolvido por Kakeshita et al. (2009), este instrumento é composto por 15 silhuetas que representam diferentes biótipos da população brasileira. Ele será utilizado para avaliar a percepção corporal atual, a imagem corporal ideal e o grau de insatisfação corporal. Cada silhueta designa um Índice de Massa Corporal (IMC) com diferenças progressivas de 2,5 kg/m<sup>2</sup>, e com valores variáveis de 12,5 a 47,5 kg/m<sup>2</sup> tanto para homens quanto para mulheres foram utilizados os valores médios do IMC correspondentes às silhuetas.

Ambos os questionários serão aplicados por meio de formulários digitais (Google Forms), que serão enviados aos estudantes por e-mail ou disponibilizados em plataformas virtuais de comunicação acadêmica.

## 2.3. Procedimentos

Os dados coletados serão organizados e analisados de forma a identificar correlações entre os comportamentos alimentares e a percepção da imagem corporal. Será realizada uma análise descritiva inicial para caracterizar a amostra em termos de variáveis sociodemográficas, como idade, sexo, curso de graduação e hábitos alimentares.

## 2.4. Análise Estatística

Para as análises estatísticas, será utilizado o software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 25.0 ou superior. As correlações entre os comportamentos alimentares disfuncionais e a percepção da imagem corporal serão avaliadas por meio do teste de correlação de Pearson (para variáveis quantitativas com distribuição normal) ou do teste de Spearman (para variáveis não paramétricas). Além disso:

- Diferenças entre grupos (por exemplo, sexo ou curso de graduação) serão verificadas por meio de testes t de Student ou ANOVA (Análise de Variância) para variáveis paramétricas e pelo teste de Mann-Whitney ou Kruskal-Wallis para variáveis não paramétricas.

- O nível de significância será estabelecido em  $p < 0,05$ .

## 2.5. Considerações Éticas

A pesquisa observará os princípios éticos de respeito, confidencialidade e privacidade dos participantes. Não haverá qualquer identificação dos sujeitos nos resultados ou publicações oriundas do estudo. Todos os dados serão armazenados em um local seguro e acessados apenas pelos pesquisadores responsáveis, garantindo a confidencialidade das informações.

Com esta estrutura, espera-se garantir a validade científica e ética da pesquisa, além de contribuir para o avanço do conhecimento na área.

## RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que a pesquisa revele a prevalência de comportamentos alimentares disfuncionais entre os estudantes universitários da área da saúde. Além disso, espera-se



identificar os níveis de insatisfação corporal e como os estudantes percebem sua própria imagem corporal, considerando as diferenças entre a percepção idealizada e a real.

Por fim, espera-se que a pesquisa contribua para a formulação de estratégias futuras de intervenção direcionadas à promoção de uma relação saudável com o corpo e com a alimentação no ambiente universitário, oferecendo subsídios para ações que visem melhorar a saúde mental e nutricional dos estudantes da área da saúde.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Espera-se que a pesquisa identifique comportamentos alimentares disfuncionais e insatisfação corporal entre estudantes da área da saúde, subsidiando estratégias adaptadas para promover a saúde mental e nutricional no ambiente acadêmico.

#### REFERÊNCIAS

ALMEIDA, G. A. N.; LOUREIRO, S. R.; SANTOS, J. E. Obesidade mórbida em mulheres – estilos alimentares e qualidade de vida. **Arquivos Latinoamericanos de Nutrição**, v. 4, p. 359–365, 2001.

ALVARENGA, M.; ANTONÁCIO, C.; TIMERMAN, F.; FIGUEIREDO, M. **Nutrição comportamental**. 2. ed. São Paulo: Editora Manole, 2019.

ALVARENGA, M. 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.

ARAIZA, A. M.; LOBEL, M. Alimentação relacionada ao estresse: um estudo exploratório sobre moderação e mediação. **Appetite**, v. 123, p. 274-281, 2018.

DE SOUZA, A. C.; ALVARENGA, M. S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – uma revisão integrativa. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 65, n. 3, p. 286–299, 2016.

FERREIRA, C.; TRINDADE, I. A.; MARTINHO, A. Explicando dietas em mulheres com peso normal: o papel fundamental da inflexibilidade da imagem corporal. **Transtornos Alimentares e de Peso**, v. 20, n. 3, p. 201–207, 2015.

GABRIEL, G. F. P. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 17, e67467, 2022.

GRIEP, R. H. et al. Confiabilidade teste-reteste de escalas de silhuetas de autoimagem corporal no Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 9, p. 1790–1794, 2012.

HILL, J. O. et al. Obesidade e meio ambiente: para onde vamos agora? **Science**, v. 299, n. 5608, p. 853–855, 2018.

KAKESHITA, I. S.; SANTOS, J. E.; ALMEIDA, R. M. C. Construção e fidedignidade teste-reteste de escala de silhuetas brasileiras para adultos e crianças. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 25, n. 2, p. 263-270, 2009.



LEÃO, L. S. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em adolescentes: estudo de base populacional. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 4, e00012317, 2018.

LUCENA, E. A. G. et al. Insatisfação corporal e sintomas depressivos em adolescentes: estudo de base escolar. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 25, e220017, 2022.

MARKEY, C. N.; MARKEY, P. M. Relações entre imagem corporal e comportamentos alimentares: uma análise das diferenças de gênero. **Sex Roles**, v. 53, n. 7/8, p. 519–530, 2005.

MORAES, C. et al. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 4, p. 740–756, 2016.

MOREIRA, D. E. et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, v. 1, p. 18–25, 2017.

NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, C. A. et al. Distorção da autopercepção de imagem corporal em adolescentes. **Revista Internacional de Nutrologia**, v. 2, p. 61–65, 2018.

OLIVEIRA, L. C. et al. Insatisfação corporal em adolescentes e associação com indicadores nutricionais e socioeconômicos. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 38, e2018138, 2020.

ROLIM, K. S. et al. Imagem corporal e fatores associados em adolescentes escolares. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, e2019323, 2021.

SILVA, L. P. R. et al. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados: um estudo com jovens estudantes de graduação. **Einstein (São Paulo)**, v. 4, p. AO4642, 2019.

STANSZUS, L. S.; FRANK, P.; GEIGER, S. M. Alimentação saudável e nutrição sustentável por meio da atenção plena? Resultados de métodos mistos de um estudo de intervenção controlada. **Appetite**, v. 141, p. 104325, 2019.

THOMPSON, J. K.; BURKE, N. L.; KRAZCZYK, D. Mensuração da imagem corporal na adolescência e na idade adulta. In: CASH, T. F. **Enciclopédia da imagem corporal e aparência humana**. v. 2, p. 512–520, 2012.

TORAL, N.; SLATER, B. Abordagem do modelo transteórico no comportamento alimentar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 6, p. 1641–1650, 2007.

VAN STRIEN, T.; FRIJTERS, J. E. R.; BERGERS, G. P. A.; DEFARES, P. B. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. **International Journal of Eating Disorders**, v. 5, n. 2, p. 295–315, 1986.

VIEIRA, A. M.; ROCHA, B. E. S.; SOUZA, M. L. R. DE. Comportamento de risco para transtorno alimentar e preocupação com o corpo em universitários de uma instituição de



ensino superior. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 17, n. 108, p. 307-317, 27 jul. 2023.