

SINTOMAS DE TRANSTORNOS ALIMENTARES EM UNIVERSITARIOS:

Uma revisão bibliográfica

Beatriz Almeida Borrer¹, Ranyele Gomes Silveiras Dos Santos², Adriana Nunes Moraes
Partelli³

Ciências da Saúde

Introdução e Objetivo

A adolescência é um período marcado por intensas mudanças biopsicossociais, em que o indivíduo transita da infância para a vida adulta. Nesse processo, o jovem busca afirmar sua identidade e conquistar autonomia, ao mesmo tempo em que enfrenta pressões sociais e culturais que podem impactar sua saúde física e emocional (Guimarães *et al.*, 2021). Entre os principais desafios dessa fase, destaca-se a influência dos padrões estéticos contemporâneos, que associam magreza à beleza e sucesso. A busca incessante pelo “corpo ideal” tem favorecido o surgimento de transtornos alimentares (TAs), como anorexia nervosa, bulimia nervosa e compulsão alimentar, caracterizados por comportamentos alimentares disfuncionais e distorções na percepção corporal (Chimbinha *et al.*, 2019; APA, 2022). Estudos recentes confirmam que a adolescência e o início da vida adulta são períodos de maior vulnerabilidade para o desenvolvimento desses transtornos (Breton *et al.*, 2022).

O ingresso no ensino superior pode intensificar essa vulnerabilidade, uma vez que envolve mudanças de rotina, maior carga de responsabilidades, adaptação social e acadêmica, além da alteração de hábitos alimentares. Essas condições favorecem a insatisfação corporal e a adoção de comportamentos de risco, especialmente entre universitários da área da saúde, que apresentam maior exposição a conteúdos relacionados à estética e ao corpo (Silva *et al.*, 2018; Vieira *et al.*, 2023).

Diante desse contexto, torna-se relevante investigar a presença de sintomas de TAs no ambiente acadêmico, a fim de compreender os fatores associados e subsidiar estratégias de prevenção e promoção da saúde. Assim, o objetivo deste estudo foi verificar a ocorrência de sintomas de transtornos alimentares no contexto acadêmico.

1 Graduando em Enfermagem, Universidade Federal do Espírito Santo Centro Universitario Norte do Espírito Santo- UFES, beatriz.borrer@edu.ufes.br;

2 Graduando em Enfermagem, Universidade Federal do Espírito Santo Centro Universitario Norte do Espírito Santo- UFES, ranyele.santos@edu.ufes.br;

3 Doutora em Enfermagem, Universidade Federal do Rio de Janeiro- UFRJ, adrianamoraes@hotmail.com;

Método e Metodologia

Foi realizada uma revisão bibliográfica em março de 2024 no Portal de Periódicos da CAPES respondendo à seguinte questão: “Quais os sinais de alerta em relação aos transtornos alimentares no universo acadêmico descrito na literatura?”. Assim foram utilizados os descritores “Transtorno de Compulsão Alimentar”, “Anorexia Nervosa”, “Bulimia Nervosa”, “Adolescentes” e “Universitários” combinados pelo operador booleano “AND”, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Como critérios de inclusão: considerou-se artigos publicados entre 2013 a 2023, nos idiomas português, inglês e espanhol, disponível em acesso aberto. E como criterios de exclusão: dissertações e teses.

Discussão e Resultados

Após a primeira triagem obtive 11 artigos, e assim aplicando os critérios foi selecionados três artigos para a revisão. A revisão da literatura evidenciou prevalência significativa de sintomas e comportamentos de risco para TAs entre universitários, reforçando o papel das pressões sociais, culturais e acadêmicas nesse processo.

O estudo de Guimaraes *et al.*, 2022, identificou que 6% dos estudantes de Nutrição e Fisioterapia apresentavam compulsão alimentar periódica, resultado associado a hábitos alimentares inadequados e à prática irregular de atividade física. Esse achado demonstra que até mesmo entre universitários da área da saúde que teoricamente possuem maior acesso a informações sobre nutrição existem riscos relevantes relacionados ao comportamento alimentar (Guimaraes *et al.*, 2022).

De forma complementar, Vieira *et al.*, 2023 observaram que 35,6% dos universitários avaliados apresentaram atitudes alimentares de risco pelo EAT-26, além de elevada prevalência de insatisfação corporal, sobretudo entre mulheres. Tais resultados sugerem que a vulnerabilidade feminina está diretamente associada às construções socioculturais da imagem corporal, evidenciando que a pressão estética exerce forte influência sobre os comportamentos alimentares (Vieira *et al.*, 2023).

Já Oliveira *et al.*, 2020, constataram que 26,7% das universitárias apresentaram indícios de TAs, destacando a influência da mídia na formação da autoimagem. Esse dado ressalta o papel dos meios de comunicação e redes sociais na intensificação de padrões de beleza inatingíveis, fator que potencializa a insatisfação corporal e a adoção de práticas alimentares nocivas (Oliveira et al., 2020).

De modo geral, os três estudos analisados apontam que fatores psicossociais, culturais e acadêmicos atuam em conjunto no surgimento e manutenção dos TAs entre universitários. A insatisfação com a imagem corporal aparece como preditor central, enquanto a rotina acadêmica, marcada por estresse e mudanças nos hábitos de vida, agrava esse cenário. Esses achados convergem para a necessidade de estratégias institucionais de promoção da saúde mental, educação alimentar e prevenção de transtornos alimentares no ambiente universitário.

Considerações Finais

A presente revisão evidenciou que os TAs constituem um problema relevante entre universitários, com prevalência expressiva de comportamentos de risco e sintomas clínicos. Os estudos analisados apontam que fatores como insatisfação corporal, influência da mídia e hábitos alimentares inadequados associados ao contexto acadêmico estão entre os principais determinantes do desenvolvimento e da manutenção desses quadros. Esses achados reforçam que a fase de ingresso no ensino superior é um período de especial vulnerabilidade, sobretudo para mulheres e estudantes da área da saúde, que apresentam maiores índices de risco. Além disso, demonstram que a pressão estética, somada às demandas acadêmicas e sociais, pode comprometer significativamente a saúde física e emocional desses jovens.

Diante disso, torna-se fundamental a implementação de ações institucionais de prevenção e promoção da saúde, que incluam programas de educação nutricional, acolhimento psicológico e estratégias de enfrentamento da insatisfação corporal. Recomenda-se também que futuras pesquisas ampliem a análise em diferentes contextos universitários e explorem intervenções efetivas voltadas à redução do impacto dos fatores socioculturais sobre a saúde mental e alimentar.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders, text revision**. 5th ed. [s.l], 2022.

BRETON, Édith et al. Developmental trajectories of eating disorder symptoms: A longitudinal study from early adolescence to young adulthood. **Journal of eating disorders**, v. 10, n. 1, p. 84, 2022.

CHIMBINHA, I. G. M. et al. Transtornos alimentares e manifestações orais em adolescentes. **Revista Ciência Plural**, v. 5, n. 3, p. 1-20, set. 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/rcp/article/view/19204>. Acesso em: 29 março 2024.

GABRIEL, B. A. et al. Prevalência do transtorno da compulsão alimentar periódica em universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 16, n. 96, p. 1226, jan. 2022.

GUIMARAES, J. S.; NERY, M. Da. P. Psicodrama, bulimia nervosa na adolescência e afetividade. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 29, n. 1, p. 36-46, jan. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.15329/2318-0498.00441>. Acesso em: 28 março 2024.

OLIVEIRA, A. P. G. de, et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e influência da mídia em universitárias. **Rev enferm. UFPE on line**, v. 14, n. 1, p. 1-9, jul. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2020.245234>. Acesso em: 10 abril 2024.

SILVA, G. A. et al. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos de saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 4, p. 239246, out. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/00472085000000211>. Acesso em: 28 março 2024.

VIEIRA, A. M.; ROCHA, B. E. S.; SOUZA, M. L. R. 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. 307317, jul. 2023.