

COMER DIANTE DE EMOÇÕES REPRESENTADAS POR ANSIEDADE, RAIVA E DEPRESSÃO E SUA RELAÇÃO COM RENDA E ESCOLARIDADE DE MULHERES COM EXCESSO DE PESO

Carla Gonçalves Guareschi^{1*}, Marina Fonseca da Silva², Denise Rossi Foresto Del Col^{1,3}, Marina Rocha Pereira^{1,3}, Wanderson Roberto da Silva^{1,2}

¹Universidade Estadual Paulista-UNESP. Araraquara, SP, Brasil.

²Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM). Patos de Minas, MG, Brasil.

³Centro Universitário de Santa Fé do Sul – Unifunec, Santa Fé do Sul, SP, Brasil.

*carla.41guareschi@gmail.com

Palavras-chave: Comer emocional; Obesidade; Mulheres; Depressão; Ansiedade; Raiva.

INTRODUÇÃO

O comer emocional refere-se à modificação do consumo alimentar em resposta a emoções e ele tem sido associado ao excesso de peso (sobrepeso e obesidade), especialmente em mulheres. Evidências indicam que padrões emocionais de raiva, ansiedade e depressão representam dimensões importantes do comer emocional com implicações clínicas. A relação dessas dimensões com características socioeconômicas é pouco explorada no contexto brasileiro.

OBJETIVO

Verificar a distribuição do comer emocional diante de emoções representadas por depressão, raiva e ansiedade e analisar a relação dessas dimensões com a renda e a escolaridade de mulheres com excesso de peso corporal.

MÉTODOS

Trata-se de estudo transversal realizado online com 269 mulheres adultas com sobrepeso ou obesidade. Um formulário eletrônico foi elaborado com dados sociodemográficos e os itens do *Florence Emotional Eating Drive* (FEED), previamente validado para o público-alvo. A pesquisa foi divulgada nas redes sociais e os dados coletados em 2024. Escores médios de cada dimensão do FEED foram computados e classificados em baixo, moderado e alto comer diante de emoções por depressão, ansiedade ou raiva. Percentuais com intervalos de confiança de 95% (IC95%) foram estimados. Comparações desses escores médios de comer emocional segundo renda e escolaridade foram examinadas pelo teste de *Kruskal-Wallis* ($p < 0,05$), pela pós-teste de *Dunn* (ajuste de *Holm*) e pelo epsilon quadrado (ϵ^2) para tamanho de efeito. O estudo foi aprovado por Comitê de Ética (CAAE: 58840922.6.0000.9433).

RESULTADOS

A média de idade das participantes foi de $34,6 \pm 9,4$ anos. Em maioria eram brancas (69,4%), com sobrepeso (52,2%), concluíram uma pós-graduação (52,9%) e tinham renda média de até R\$ 7.272 (69,1%). O comer emocional na dimensão depressão predominou na categoria baixa (67,3%; IC95%: 61,7–72,9), seguida da moderada (30,5%; IC95%: 24,9–36,1) e alta (2,2%; IC95%: 0,7–4,1). Na dimensão raiva, o padrão foi semelhante: baixa (68,0%; IC95%: 62,8–74,0), moderada (31,4%; IC95%: 25,3–36,4) e alta (0,7%; IC95%: 0–1,9). Já na dimensão ansiedade, a maior distribuição foi na categoria moderada (59,1%; IC95%: 53,5–65,1), seguida da baixa (29,4%; IC95%: 23,8–34,9) e da alta

(11,5%; IC95%: 7,8–15,6). Diferenças significativas foram observadas nos escores de comer emocional segundo renda mensal familiar e escolaridade. Em relação à renda, verificaram-se diferenças nas dimensões depressão ($H(2)=11,31$; $p=0,003$; $\varepsilon^2=0,038$), raiva ($H(2)=10,71$; $p=0,005$; $\varepsilon^2=0,036$) e ansiedade ($H(2)=17,53$; $p<0,001$; $\varepsilon^2=0,064$), com escores mais elevados nos grupos de renda intermediária e alta em comparação ao grupo de menor renda. De modo semelhante, a escolaridade esteve associada a diferenças nas dimensões depressão ($H(2)=12,33$; $p=0,002$; $\varepsilon^2=0,039$), raiva ($H(2)=20,30$; $p<0,001$; $\varepsilon^2=0,070$) e ansiedade ($H(2)=12,19$; $p=0,002$; $\varepsilon^2=0,039$), com maiores escores entre participantes com ensino superior completo e pós-graduação. Os tamanhos de efeito variaram de pequenos a moderados.

CONCLUSÃO

Em mulheres com excesso de peso corporal, o comer emocional apresentou distribuição distinta entre as dimensões avaliadas, com destaque para a ansiedade, que concentrou maiores escores nas categoriais moderado e alto. Níveis mais elevados de renda e escolaridade foram relacionados à expressão mais proeminente do comer emocional. Esses achados reforçam a importância de abordagens que considerem aspectos socioeconômicos no cuidado nutricional de mulheres com sobrepeso/obesidade.