

COMER EMOCIONAL EM ADULTOS COM TRANSTORNO ALIMENTAR: DISTRIBUIÇÃO E ASSOCIAÇÃO COM IDADE E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

Marina Rocha Pereira^{1*}, Sabrina José da Silva², Denise Rossi Foresto Del Col^{1,3}, Carla Gonçalves Guareschi¹, Wanderson Roberto da Silva^{1,2}

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

² Centro Universitário de Patos de Minas-UNIPAM. Patos de Minas, MG, Brasil.

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

*Endereço eletrônico: marina.rocha-pereira@unesp.br

Palavras-chave: Comer Emocional; Transtorno Alimentar; Adultos; Idade; Índice de Massa Corporal.

INTRODUÇÃO

O comer emocional refere-se à modificação do consumo alimentar em resposta a estados afetivos, sendo consistentemente associado a psicopatologias alimentares. Evidências indicam que respostas alimentares a emoções negativas e positivas podem representar dimensões distintas do comportamento alimentar, com implicações clínicas diferentes. Em populações com transtornos alimentares, a caracterização dessas dimensões e sua relação com fatores individuais, como idade e índice de massa corporal (IMC), permanece pouco explorada no Brasil.

OBJETIVO

Analisar a distribuição do comer diante emoções negativas e positivas e investigar sua associação com idade e IMC em adultos com transtorno alimentar.

MÉTODOS

Estudo transversal com 87 adultos com transtorno alimentar autorreferido que responderam um questionário online em 2025 contendo dados sociodemográficos e os 19 itens da *Positive-Negative Emotional Eating Scale*, adaptada e validada previamente para a amostra. Os escores médios para cada fator da escala de comer emocional foram computados e categorizados em tercís (baixo $\leq 1,32$; moderado $= 1,33-2,64$; alto $\geq 2,65$) utilizando as opções de resposta do tipo *Likert*. Valores absolutos e percentuais com intervalo de confiança de 95% (IC95%) foram computados. As correlações entre idade, IMC e os escores de comer emocional foram examinadas pelo coeficiente de Spearman (ρ). Depois, dois modelos de regressão linear múltipla independentes foram ajustados para avaliar associações entre idade, IMC e os escores de comer emocional. O tamanho de efeito foi estimado por meio do coeficiente de determinação (R^2) e do f^2 de Cohen. O nível de significância adotado foi de 5%. O estudo foi aprovado por Comitê de Ética (CAAE: 58840922.6.0000.9433).

RESULTADOS

Participaram majoritariamente mulheres (73,6%), da região sudeste (78,2%), com média de idade de $30,2 \pm 8,9$ anos e IMC médio de $28,3 \pm 7,2$ kg/m² (64,6% com excesso de peso). Na distribuição por tercís, o comer diante emoções negativas foi classificado como baixo em 47,1% (IC95%: 35,6–57,5), moderado em 31,1% (IC95%: 20,7–40,2) e alto em 21,8% (IC95%: 13,8–31,0). Para o comer diante emoções positivas, 41,4% foram classificados como baixo (IC95%: 29,9–51,7), 42,5% como moderado (IC95%: 32,2–54,0) e 16,1%

como alto (IC95%: 9,2–24,1). Houve correlação positiva e moderada entre idade e comer diante emoções negativas ($\rho=0,47$; $p<0,001$), sugerindo que participantes mais velhos apresentam maiores escores. Não foram observadas correlações significativas entre IMC e comer diante emoções negativas ou positivas ($p>0,05$). Nas análises de regressão, para o comer diante emoções negativas, o modelo foi significativo ($F(2,84)=10,74$; $p<0,001$), explicando 20,4% da variância ($R^2=0,20$). A idade permaneceu como preditora significativa ($\beta=0,06$; IC95%: 0,03–0,08; $p<0,001$), enquanto o IMC não ($p=0,87$). O tamanho de efeito foi moderado ($f^2=0,26$). O modelo para o escore de comer diante emoções positivas não foi significativo ($F(2,84)=0,42$; $p=0,66$).

CONCLUSÃO

Em adultos com transtorno alimentar, o comer emocional apresentou distribuição relevante nas duas dimensões avaliadas. A associação independente entre idade e comer diante emoções negativas sugere que fatores relacionados ao curso de vida podem influenciar padrões emocionais de alimentação nessa população, enquanto o IMC não demonstrou associação significativa. Os achados contribuem para a compreensão de fatores individuais associados ao comer emocional em contextos de psicopatologia alimentar.