

COMPORTAMENTOS COMPENSATÓRIOS DE CONTROLE DE PESO ENTRE ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO: COMPARAÇÃO ENTRE CAPITAL E INTERIOR

Kethelyn Lisboa Lessa Barbalho^{1,2}, Liane Murari Rocha^{1,2}

¹Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD), Dourados - MS, Brasil

²Programa de Pós-Graduação em Alimentos, Nutrição e Saúde (PPGANS), Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD), Dourados - MS, Brasil

*kethelynlislessa@gmail.com

Palavras-chave: Estudantes de Ciências da Saúde; Comportamento Alimentar; Dieta.

INTRODUÇÃO

Comportamentos compensatórios de controle de peso são estratégias usadas para neutralizar os efeitos de hábitos percebidos como inadequados, como monitoramento severo da alimentação e exercícios físicos intensos. Esses comportamentos estão associados ao comprometimento do bem-estar psicológico, maior insatisfação corporal e sofrimento emocional. Estudantes de Nutrição são considerados suscetíveis ao risco de transtornos alimentares, incluindo comportamentos compensatórios, entretanto, os fatores sociodemográficos e culturais podem influenciar padrões e estratégias de controle de peso

OBJETIVOS

Comparar a frequência de comportamentos compensatórios de controle de peso entre estudantes de Nutrição da capital e do interior do Mato Grosso do Sul - MS.

MÉTODOS

Estudo transversal realizado com estudantes, de ambos os sexos, do 1º ao 5º ano do curso de Nutrição da Universidade Federal da Grande Dourados (UFGD) e de três instituições, públicas e privadas, de Campo Grande, MS. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, parecer nº 5.588.285 (CAAE 60036022.3.0000.5160). A coleta de dados ocorreu de forma presencial pelo preenchimento de formulário com questões do Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26). Foram selecionados itens relacionados a comportamentos compensatórios, como: “Você vomita depois de comer?”; “Pensa em queimar calorias a mais quando se exercita?”; “Faz regimes para emagrecer?”; “Evita consumir alimentos ricos em açúcar?”. Foram investigados ainda dados socioeconômicos, prática de atividade física e o uso de comprimidos, diuréticos ou laxantes para controle do peso. As análises estatísticas foram realizadas no programa SPSS versão 25. As variáveis categóricas foram avaliadas pelo teste Qui-Quadrado (χ^2) ou teste Exato de Fisher. O nível de significância adotado foi de 5%.

RESULTADOS

Participaram do estudo 319 estudantes de Nutrição (82,7% mulheres), distribuídos entre capital (n=117) e interior (n=202). Os grupos foram semelhantes quanto ao sexo, situação de trabalho e prática de atividade física. Em relação à renda familiar, observou-se menor frequência de estudantes da capital na faixa entre 1 e 5 salários mínimos (43,6% vs. 66,8%

interior). O uso de comprimidos, diuréticos, laxantes e a ocorrência de vômitos para auxiliar na perda de peso não diferiram entre os grupos. Quanto aos comportamentos compensatórios, a realização de regimes para emagrecer foi mais frequente entre estudantes da capital (34,2% vs. 18,8% interior; $p=0,002$), assim como o relato de vômito após comer (2,6% vs. nenhum caso no interior; $p=0,022$). Os demais comportamentos investigados não apresentaram diferença: evitar comer quando está com fome ($p=0,137$), evitar alimentos ricos em carboidrato ($p=0,329$), pensar em queimar calorias a mais quando exercita ($p=0,414$), evitar comer alimentos ricos em açúcar ($p=0,109$) e consumo de alimentos dietéticos ($p=0,202$).

CONCLUSÃO

Conclui-se que a maioria dos comportamentos compensatórios não diferiu entre os grupos, entretanto, estudantes da capital apresentaram maior frequência de regimes para emagrecer e vômito após comer. Esses achados sugerem possível influência do contexto urbano, ainda que de forma pontual, e reforçam a necessidade de atenção à saúde mental e aos comportamentos alimentares nesse grupo, considerando sua futura atuação profissional.