

DIFERENÇAS NA IMAGEM CORPORAL, NOS COMPORTAMENTOS E ATITUDES ALIMENTARES ENTRE ATLETAS DE COMBATE COM E SEM CICLAGEM DE PESO

Júlia Formagio^{1*}, Gustavo Henrique Cancela Monarolo¹, Joana Pereira de Carvalho Ferreira¹, Guilherme Giannini Artioli², Rosângela Maria Neves Bezerra¹ e Fabiana Braga Benatti¹

¹ Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), Faculdade de Ciências Aplicadas (FCA), Laboratório Multidisciplinar em Alimentos e Saúde (LabMAS), Limeira-SP.

² Universidade de São Paulo (USP), Instituto de Ciências Biomédicas (ICB-USP), Laboratório de Biologia Nutricional e do Exercício (LaNEB), São Paulo-SP.

* jformagionutri@gmail.com

Palavras-chave: Artes Marciais; Ciclo de Peso; Insatisfação Corporal; Comer Restritivo.

INTRODUÇÃO

Os esportes de combate utilizam categorias de peso para reduzir diferenças físicas entre atletas, levando muitos a adotarem a Ciclagem de Peso, prática associada a riscos à saúde como hipertermia, alterações metabólicas e transtornos alimentares. Este estudo investiga o impacto da ciclagem de peso sobre o Comportamento e Atitudes Alimentares em atletas profissionais de artes marciais

OBJETIVOS

Investigar os métodos de corte de peso, avaliar a satisfação corporal quanto à adiposidade e muscularidade e o comportamento e atitudes alimentares em atletas profissionais masculinos de modalidades de combate, analisando como a intensidade da ciclagem de peso se relaciona com descontrolar alimentar, comer emocional e restrição cognitiva.

MÉTODOS

Atletas profissionais masculinos de artes marciais (18–45 anos) foram divididos em Grupo Ciclo e Grupo Neutro. Aplicaram-se os questionários RWLQ, TFEQ-R21, DEAS-S e escalas de silhueta de adiposidade (FSM) e muscularidade (MSM). Comparações por Mann-Whitney e correlações por Spearman ($p < 0,05$). Estudo aprovado pelo CEP-UNICAMP (CAAE: 82161324.3.0000.5404).

RESULTADOS

Amostra de 143 atletas ($27,98 \pm 6,84$ anos; $IMC 26,15 \pm 3,78 \text{ kg/m}^2$). Prevalência de ciclagem de peso de 86%, com escore RWLQ moderado ($60,01 \pm 19,80$), início aos $19,92 \pm 5,91$ anos, perda de $5,09 \pm 4,12 \text{ kg}$ e reganho de $5,17 \pm 3,85 \text{ kg}$. Houve diferença significativa na Restrição Cognitiva (Ciclo: $62,40 \pm 14,06$ vs. Neutro: $46,67 \pm 18,02$; $p < 0,001$) e no DEAS-S (Ciclo: $28,81 \pm 10,67$ vs. Neutro: $21,95 \pm 7,86$; $p = 0,001$), sem diferenças no Comer Emocional ($p = 0,229$) e Descontrole Alimentar ($p = 0,408$). Não houve diferenças nas discrepâncias corporais de muscularidade ou adiposidade entre os grupos. Correlações positivas foram identificadas entre RWLQ e DEAS-S ($\rho = 0,415$), Comer Emocional ($\rho = 0,359$) e Restrição Cognitiva ($\rho = 0,396$); correlação negativa entre RWLQ e discrepância Atual-Desejável de muscularidade ($\rho = -0,167$).

CONCLUSÃO

A ciclagem de peso apresentou alta prevalência entre atletas de combate, com perdas e reganhos agudos expressivos. Atletas praticantes apresentaram maiores atitudes alimentares desordenadas e restrição cognitiva, indicando que a prática está associada a padrões alimentares prejudiciais influenciados pelas exigências do ambiente esportivo competitivo.