

DIFERENÇAS NOS NÍVEIS DE ORTOREXIA NERVOSA E SAUDÁVEL ENTRE ADULTOS USUÁRIOS DO *INSTAGRAM* DE DIFERENTES GÊNEROS

Elis Souza Bueno^{1*}, Leticia Guidetti², João Roberto Lopes de Azevedo^{2,3}, Matheus Rozário Mاتيoli³, Telma Maria Braga Costa^{1,2}

¹Curso de Nutrição, Universidade de Ribeirão Preto (UNAERP), Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

²Departamento de Psicologia, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (FFCLRP/USP), Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

³Curso de Psicologia, Universidade de Ribeirão Preto (UNAERP), Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

*elis.bueno@sou.unaerp.edu.br

Palavras-chave: Ortorexia; *Instagram*; Gênero.

INTRODUÇÃO

A ortorexia envolve preocupação com alimentação saudável, podendo ser patológica (ortorexia nervosa), marcada por obsessão e rigidez, ou não patológica (ortorexia saudável), caracterizada por interesse equilibrado. Nesse contexto, redes sociais, especialmente o *Instagram*, influenciam ao difundir padrões alimentares associados a ideais estéticos. Evidências indicam maior pressão sobre mulheres para se adequarem a esses padrões, favorecendo comportamentos rígidos e obsessivos, mais próximos da ortorexia nervosa do que da saudável. Diante desse cenário, torna-se necessário aprofundar a compreensão desses impactos e promover estratégias educativas que incentivem uma relação mais saudável com a alimentação e o corpo.

OBJETIVO

Comparar os níveis de ortorexia nervosa e saudável entre adultos brasileiros usuários do *Instagram* de diferentes gêneros por meio da *Teruel Orthorexia Scale* (TOS).

MÉTODOS

Trabalho aprovado pelo Comitê de Ética (CAAE 86555225.6.0000.5498, Parecer nº 7486510). Participaram 281 adultos brasileiros, de ambos os gêneros (mulheres cisgênero: n = 236; homens cisgênero: n = 45), com idade média de 29,45 anos ($DP = 11,08$) e usuários do *Instagram*. Coleta de dados foi realizada *online* via plataforma *REDCap* e a divulgação foi realizada: *online*, por meio de anúncios patrocinados, postagens no *Instagram* e compartilhamentos no *WhatsApp*; e presencial na Universidade de Ribeirão Preto. Participantes responderam um questionário sociodemográfico e a versão brasileira da *Teruel Orthorexia Scale*, que avalia a ortorexia em um modelo bifatorial, com duas dimensões (ortorexia nervosa e saudável), cuja pontuação se dá pela soma dos itens, com escores analisados separadamente, onde valores mais altos indicam maior presença de cada dimensão. Foram realizadas duas análises de variância (ANOVAs) de uma via, considerando o gênero como variável independente. As variáveis dependentes, foram analisadas separadamente os escores das dimensões de ortorexia nervosa e ortorexia saudável da TOS, seguida pelo *post-hoc* de Tukey, adotando significância de $p < 0,05$. O tamanho de efeito foi calculado pelo ω^2 e pelo d de Cohen.

RESULTADOS

Os resultados das ANOVAs indicaram diferenças significativas do gênero sobre os escores de TOS Nervosa ($F(1,279) = 4,899$, $p = 0,028$, $\omega^2 = 0,014$). Observou-se que mulheres apresentaram média mais elevada ($M = 5,661$; $DP = 5,383$) em comparação aos homens ($M = 3,800$; $DP = 3,829$), sendo essa diferença confirmada pelo teste *post hoc* ($t(279) = -2,213$; $d = -0,360$; $p = 0,028$). Por outro lado, não foi identificada diferença estatisticamente significativa entre gêneros para TOS Saudável ($F(1,279) = 0,043$, $p = 0,835$, $\omega^2 = 0,000$), indicando ausência de efeito do gênero sobre esse padrão alimentar.

CONCLUSÃO

Resultados sugerem que mulheres usuárias do *Instagram* apresentam maiores níveis de ortorexia nervosa que homens, porém sem diferenças para ortorexia saudável, indicando distribuição semelhante de comportamentos saudáveis. Assim, mulheres tendem a apresentar maior preocupação com padrões alimentares patológicos, com prejuízos psicológicos e sociais, possivelmente associados à internalização de ideais de magreza difundidos pelo *Instagram*. Dessa forma, destaca-se a importância de desmistificar esses padrões e promover equilíbrio alimentar e psicológico. Financiamento: PIBIC CNPq e Curso de Nutrição da Universidade de Ribeirão Preto.