

TRANSTORNOS ALIMENTARES EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE – REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Ariele Lima da Silva¹, Fernanda Calote¹, Grasiely de Sousa Caterinque
Maximo¹

Alessandra Job²

RESUMO

Os Transtornos Alimentares são delineados como psicopatologias de etiologia multifatorial, caracterizadas por alterações relevantes nas práticas alimentares que causam severas consequências a saúde dos indivíduos acometidos por eles, como alterações físicas, psicológicas e sociais, afetando principalmente jovens e adolescentes do sexo feminino, sendo a Bulimia, o Transtorno de Compulsão Alimentar, e a Anorexia Nervosa são as três formas principais. Observa-se atualmente um elevado número de estudantes que da área da saúde com sintomatologia de risco para desenvolvimento de transtornos na alimentação, o que é alarmante por serem considerados futuros profissionais que terão a demanda de lidar com problemáticas no comportamento alimentar em sua função. Este estudo teve como objetivo principal descrever as possíveis causas que acometem estudantes universitários de cursos ligados à saúde no desenvolvimento de Transtornos Alimentares. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura com a coleta de dados realizada através da plataforma Google Acadêmico. De acordo com dados encontrados, tanto a influência da mídia, a cobrança da sociedade por um corpo magro e a autocobrança em relação a sua forma física como cartão de visita para sua futura profissão, quanto à mudança de hábitos e o estresse gerado pelo ingresso na faculdade podem ser predisponentes para transtornos alimentares nesses universitários. Conclui-se, portanto, que não foi possível definir qual o motivo específico que leva ao desenvolvimento dos transtornos alimentares em universitários da área da saúde, dada então a necessidade de novos estudos relacionados ao assunto.

Palavras Chave: Transtornos Alimentares. Anorexia. Bulimia. Compulsão Alimentar. Imagem Corporal. Universitários.

INTRODUÇÃO

Os Transtornos Alimentares (TA) são psicopatologias de etiologia multifatorial, caracterizadas por alterações relevantes nas práticas alimentares que trazem severos malefícios a saúde do indivíduo acometido por eles, tanto emocionais e sociais, quanto aos sistemas metabólico e endócrino, também

¹ Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

² Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

sendo associado a uma alta morbimortalidade. É evidenciado ainda que o sexo feminino seja o mais afetado, sendo mais comum nas faixas etárias adolescentes e jovens (REIS E SOARES 2017).

A metodologia para classificação de transtornos mentais, esta descrita no CID-10 (Classificação Internacional de Doenças, 10ª edição) e no DSM-5 (*Diagnostic and Statistical Manual, V edition*). Estes sistemas ressaltam três transtornos principais, a Bulimia Nervosa (BN), a Anorexia Nervosa (AN), e o Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA) que estão normalmente associados à distorção na percepção da autoimagem corporal, interferindo de forma maléfica no estado nutricional dos indivíduos que sofrem com a doença, além de apresentarem um desequilíbrio no comportamento alimentar (BENTO et al. 2016).

De Carvalho et al. (2019) apontam que entre os grupos com maior risco de desenvolver TA, sobressaem-se os profissionais cujas áreas estão ligadas a preocupação exacerbada com o corpo ou cuja atuação exija uma maior cautela com a alimentação e onde o peso corporal influencia diretamente no desempenho de suas atribuições, como modelos, bailarinos, atletas, educadores físicos e nutricionistas. Sendo importante ressaltar que ainda no meio acadêmico, os estudantes dos cursos superiores voltados às áreas física e nutricional estariam mais subjugados, conforme imposições sociais, a apresentar aquilo que foi convencionado como padrão de peso esteticamente ideal.

Os estudos dos autores acima citados apontam que dentre os acadêmicos, aqueles cujo curso escolhido é voltado para a saúde podem estar significativamente mais predispostos a desenvolver algum tipo de TA em comparação com cursos de outras áreas de conhecimento. Levando em consideração, a questão de gênero, a população feminina está mais sujeita a adquirir hábitos de alimentação inadequada, e conseqüentemente, a desenvolver algum tipo de transtorno alimentar. Dentre os universitários, pesquisas estimam que a incidência de bulimia se configure em cerca de 20%

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

dos estudantes e que a compulsão alimentar chega a atingir até 90% do público acadêmico (DE CARVALHO et al. 2019).

Os estudantes universitários desses cursos, eventualmente estão inclinados a apresentar perfeccionismo na autoimagem corporal, fato este se dá a tentativa de usar o próprio corpo como uma forma a sua propaganda, ou um “cartão de visita” para sua futura profissão, apresentando desta forma como um dos fatores que inclinam os estudantes a desenvolver medo de engordar, como dialogam os autores (MAIA et al. 2018).

Dessa maneira, salienta-se a importância da realização deste estudo, para aprofundarmos a ciência sobre comportamento alimentar de acadêmicos com maior risco, direcionando desta forma a atenção à crescente recorrência de sinais de comportamentos inadequados em relação à sua alimentação, visto que eles serão futuros profissionais inseridos em uma equipe multiprofissional de manejo destas doenças, o que torna fundamental a avaliação dos critérios comportamentais que possam estar conexos aos riscos do desenvolvimento de TA na população acadêmica. Os resultados obtidos a partir dessa avaliação sistemática poderão subsidiar intervenções futuras refletindo na sua prática profissional e até mesmo influenciando pacientes (REIS E SOARES, 2017).

Esta revisão teve como finalidade descrever as possíveis causas que levam ao desenvolvimento de TA em universitários de cursos da área da saúde, uma vez que estes como quaisquer outros indivíduos, podem ser influenciados por fatores psicossociais que condicionam seu comportamento alimentar, estando igualmente sujeitos a desenvolver transtornos alimentares, independentemente do seu grau de conhecimento específico.

Para essa análise foram selecionados artigos nacionais, publicados no período de 2016 a 2021, manteve-se como padrão de busca a base de dados Google Acadêmico, sendo utilizados os descritores: Transtornos Alimentares, Imagem Corporal, Anorexia, Imagem Corporal, Bulimia, Compulsão Alimentar, Universitários. As publicações foram selecionadas inicialmente pelo título e leitura do resumo, com posterior leitura completa do artigo. Como critério de

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

exclusão foram dispensados os artigos que não corresponderam ao período especificado e que fugiram do tema em questão.

IMAGEM CORPORAL

A Imagem Corporal (IC) é a percepção visual do formato e tamanho de seu corpo, construída pelo indivíduo em sua mente com o passar dos anos, através de experiências vividas e se caracteriza pela forma como ele se vê e como se sente em relação ao seu corpo e a sua forma física, sendo esta influenciada por fatores diversos que incluem o contexto biológico, familiar, sociocultural e histórico do indivíduo (MORAES et al. 2016).

Da Silva et al. (2016) pontuam que nas últimas décadas houveram diversas mudanças nos denominados padrões de beleza, resultado dado a grande influência da sociedade moderna que também se encontra em constante mudança. Para obter-se sucesso e êxito atualmente, muitas vezes usa-se como padrão a aparência física, o que se tornou cada vez mais explorado e valorizado pela mídia, anulando as particularidades biológicas e genéticas de cada indivíduo, ditando assim um padrão de beleza para a sociedade.

A insatisfação com o corpo surge, quando o indivíduo passa a se questionar e não aceitar suas particularidades, fazendo comparações com os corpos de outras pessoas, descontentamento esse que se limita por uma busca excessiva do corpo ideal e dentro dos padrões que dependendo do grau interfere em diversos aspectos da vida do indivíduo, influenciando no seu comportamento alimentar, na sua autoestima e relações sociais, assim como nos aspectos físicos e cognitivos (DE OLIVEIRA E COSTA, 2017).

Os meios de comunicação, em conjunto com o desenvolvimento cultural e a influência da sociedade intensificam a contradição entre a busca constante pelo estilo de vida saudável e a supervalorização do corpo magro, da mesma forma em que incentiva o consumo de produtos de altíssimo valor calórico. O resultado disso são os índices cada vez maiores de desenvolvimento de

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

transtornos alimentares, devido ao desejo de se alcançar o corpo perfeito (AGUIAR E TORREL, 2019).

Powell et al, (2018) ressalta a problemática dos meios de comunicação, que influenciam a imagem da definição de beleza na cultura social, potencializando um perfil ideal da beleza, principalmente entre o sexo feminino, sendo para muitos inalcançável. Estima-se que entre 15 e 25% dos estudantes universitários passam por algum transtorno psiquiátrico no decorrer da graduação, comumente aqueles ligados às áreas da saúde (POWELL et al. 2018).

A preocupação excessiva dos jovens universitários com sua forma física imposta pela sociedade interfere diretamente na preocupação com o seu peso. Além disso, os protocolos alimentares inadequados a que eles recorrem para a diminuição de peso, podem ser caracterizados como fatores de risco que venham ocasionar o desenvolvimento de alterações no comportamento alimentar e nos hábitos de estilo de vida, além do aumento dos casos de obesidade (MARQUES E COLABORADORES 2016).

Milfont e Senna (2020) destacaram que a insatisfação corporal é um dos fatores de risco mais considerados para o desenvolvimento de certos tipos de transtornos da esfera alimentar, visto que, tem relação direta com comportamentos alimentares inadequados. Ainda segundo os autores, devido os cursos da área da saúde serem diretamente relacionados com o corpo também pode ser considerado um fator predisponente para os universitários desenvolverem preocupações obsessivas com a própria imagem.

Um estudo levantado por Vargas et al. (2016) com estudantes universitários, elucidou a conexão da auto imagem física deturpada nesse público. Neste levantamento chegou-se a uma proporção 4,38 mais cursantes da área da saúde, estão classificados na situação de sobrepeso e obesidade, comparados aos alunos que foram classificados com um quadro de eutrofia ou baixo peso.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

Já o estudo realizado por Gusmão et al. (2017) intitulado a Percepção da Autoimagem Corporal entre Universitários, demonstrou a ausência de insatisfação corporal em 80% dos universitários avaliados, e destes somente 20% apresentaram distorção leve ou moderada de sua imagem, sem altos índices de risco para desenvolvimento de algum tipo de transtorno alimentar.

Ainda segundo Kessler e Poll (2018) observamos que quando o indivíduo tem uma interpretação deturpada do seu corpo e de sua aparência, com sentimentos de depreciação ou preocupação extrema com a sua imagem física, inclinam-se a utilizar métodos inadequados para a manutenção e alcance da imagem corporal desejada, porém esses comportamentos podem ocasionar severos prejuízos à sua saúde e qualidade de vida, esta decadência pode se tornar um sintoma de primeira ordem para a adição de transtornos alimentares ao sujeito.

TRANSTORNOS ALIMENTARES

Os Transtornos Alimentares (TA) tem como imagem as mudanças importantes nos hábitos alimentares e que causam severos prejuízos à saúde destes sujeitos, que são acometidos como: variações endócrinas e físicas, agredindo as funções pulmonares, cardíacas, renais, ósseas, hematológicas, e hidroeletrólíticas, além de complicações em seu metabolismo, entre outros (MAIA et al. 2018).

Reis e Soares (2017) pontuam que os TA possuem origem multifatorial, sendo que diversos fatores influenciam de forma intensa para provocar estas doenças. Dentre esses fatores estão: as características de cunho individual, como personalidade, sentimentos relacionados à baixa autoestima e predisposição à obesidade; características familiares, como os fatores de interação e os padrões socioculturais com o ideal de corpo magro; o recorrente hábito de fazer dietas por conta própria e outras ações estressoras; e por fim os danos fisiológicos e psicológicos causados pela desnutrição e pelos eventos de compulsão alimentar e purgação.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

Nunes, Santos e Souza (2017) complementam que atualmente, esses transtornos estão presentes em contextos sociais e econômicos diversos, e que, portanto, possuem traços multifacetários e que de acordo com dados da Sociedade Brasileira de Psiquiatria Clínica, em todos os anos aumentam os números de novos casos de transtornos alimentares, sendo considerado o terceiro transtorno mental crônico mais comum principalmente em adolescentes e jovens do gênero feminino.

De acordo com Reis e Soares (2017) os TA são manifestações comportamentais cujos diagnósticos tem sido fortemente estudados. O DSM-5 e CID-10 englobam o Transtorno Alimentar Evitativo Restritivo, Transtorno de Ruminação, Pica, Bulimia Nervosa e Anorexia Nervosa, ambos caracterizados pela alta preocupação com o peso corporal e tendência a prática de métodos não convencionais para sua manutenção e o Transtorno de Compulsão Alimentar, que nestes casos, se mostra evidenciado por episódios recorrentes de compulsão no consumo de alimento.

Os indivíduos acometidos pelos TA, assim como dos demais transtornos, em sua maioria apresentam quadros graves e de tratamento dificultado, pois as chamadas recaídas são comuns nesses casos exigindo assim uma maior dedicação dos profissionais de saúde inseridos no seu tratamento. Diante de todo exposto, se mostra de grande valia oferecer como melhor alternativa de tratamento o acompanhamento rotineiro deste sujeito, neste tratamento será possível pontuar os sinais de predisposição, aferindo a presença ou manifestação desses transtornos, demonstrando desta forma um possível diagnósticos e tratamentos antecipado, o que colabora em um melhor prognóstico e também na identificação de possíveis grupos de risco (MILFONT E SENNA 2020).

Nunes, Santos e Souza, (2017) ressaltam que o início do tratamento para transtornos alimentares é realizado por meios ambulatoriais, no entanto quando o cenário geral deste paciente demonstra riscos físicos e a necessidade de acompanhamento psiquiátrico, ou quando o sujeito não responde ao tratamento, é necessário que ocorra a internação. Doravante, este

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

transtorno é de etiologia multifatorial e devido ao seu grau de complexidade a terapêutica é fundamentada com acompanhamento rotineiro. Essa abordagem envolve a atuação de profissionais de diversas áreas como, por exemplo, educação física, nutrição, enfermagem, psiquiatria, psicologia, tal integração tem um papel específico durante o tratamento dos pacientes.

Anorexia Nervosa

A Anorexia Nervosa (AN) é definida por atitudes voltadas para uma perda de peso exagerada e intencional com características de restrição persistente da ingestão calórica, medo intenso pelo ganho de peso ou comportamento persistente que interfira nesse ganho e por uma visão totalmente distorcida da própria imagem corporal (MAIA et al. 2018).

Rocha et al. (2020) destacam que a AN é subclassificada em dois subtipos: o tipo restritivo, que é descrito como aquele onde nos últimos três meses não ocorreram episódios de compulsão alimentar ou de comportamentos purgativos e em que a perda de peso seja associada somente a jejuns prolongados, dietas restritivas e a prática excessiva de atividade física e o tipo compulsão alimentar purgativa onde nos últimos três meses, o indivíduo apresentou episódios recorrentes de compulsão alimentar purgativa e fez uso de métodos inapropriados para perda de peso como a indução ao vômito e a utilização imprópria de laxativos, diuréticos e enemas.

De acordo com o DSM-5 (2014) o nível de gravidade da NA baseia-se no IMC (Índice De Massa Corporal) para adultos e no percentil do IMC para crianças e adolescentes. De acordo com o CDC (Centros de Controle e Prevenção de Doenças) e a OMS (Organização Mundial da Saúde) para adultos, um IMC de $18,5\text{kg/m}^2$ tem como característica a eutrofia, portanto o IMC inferior a $17,0\text{ kg/m}^2$ é classificado como indicativo de magreza, sendo classificada leve com $\text{IMC} \geq 17\text{ kg/m}^2$, moderada com $\text{IMC} 16-16,99\text{ kg/m}^2$ grave com $\text{IMC} 15-15,99\text{ kg/m}^2$ e extrema com $\text{IMC} < 15\text{ kg/m}^2$.

A AN possui complexidades que estão diretamente interligadas a desnutrição e a desidratação, com elevados riscos cardiovasculares, variações

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

eletrolíticas e alterações nos sistemas gastrointestinal, endócrino, metabólico, hematológico, renal e até no sistema reprodutivo. Associa-se também com outros sintomas como convulsões, hipotermia, aumento do colesterol sérico, dores articulares causadas pela osteoporose, alterações na pele como ressecamento e um aspecto amarelado devido à hiper胡萝卜素emia, além de cabelos finos, quebradiços e com queda (ROCHA et al. 2020).

Bulimia Nervosa

Maia et al. (2018) descreve que a Bulimia Nervosa (BN) tem como característica os frequentes episódios do consumo exacerbado alimentos em um restrito período de tempo associada a uma condição de desregramento, estes episódios bulímicos que buscam não só findar a excessiva fome, mas também como substituto de diversas condições emocionais e estresse, e se diferencia da anorexia por o sujeito se manter no peso normal ou acima dele.

A Bulimia pode ser classificada através da forma compensatória utilizada em purgativa ou não purgativa, sendo não purgativa quando se dá pela prática intensa de atividade física ou pelo jejum, já o purgativo é caracterizado pelo uso em excesso de laxantes e diuréticos e pela indução do vômito que é praticada secretamente, pois o sentimento de falta de controle, a culpa e o medo de ser descoberto tornam esse transtorno alimentar, muitas vezes, silencioso e discreto (NUNES, SANTOS E SOUZA, 2017).

Rocha et al. (2020) destacam que contrária a anorexia, na bulimia não há necessariamente a perda de peso, dificultando assim em muitos casos o seu diagnóstico, tendo como sinais clínicos mais comuns o cansaço extremo conhecido como letargia e conseqüentemente a diminuição de energia das capacidades mentais e motivacionais do indivíduo, irregularidades no ciclo menstrual no caso das mulheres, além de dores abdominais e alterações gastrointestinais que podem ir de leves a graves. Observa-se também edemas pelo corpo, calos nas mãos, perda de cabelo, e hemorragias subconjuntivas, além da epistaxe associada à prática do vômito induzido.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

De acordo com DSM-5 (2014) para que haja a confirmação do diagnóstico da bulimia, os episódios de compulsão e compensação devem num período mínimo de três meses ocorrerem pelo menos duas vezes por semana. Devido à semelhança entre o IMC de bulímicos e não bulímicos e o equilíbrio do peso, o indivíduo doente pode esconder a condição clínica por diversos anos.

Transtorno de Compulsão Alimentar

De acordo com o DSM-5 (2014) o Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA) é manifesto por eventos regulares de compulsão alimentar, que se dá a ocorrência de pelo menos uma vez por semana num intervalo mínimo de três meses, onde há um consumo exacerbado de alimentos durante um período curto de tempo com diversas repetições, é comum o indivíduo relata a sensação de perda do controle referente ao ato de comer, bem como de seus sentimentos.

É comum que acompanhado dos episódios de compulsão alimentar o sujeito coma de maneira rápida e inadequada, fugindo do habitual e ultrapassando do ponto de saciedade, até se sentir extremamente cheio mesmo sem a sensação de fome física, o que faz com que ele tenha sentimentos como culpa, angústia, vergonha e nojo, e o leve a adotar o hábito de se alimentar escondido. O TCA pode também ser classificado conforme a reincidência dos episódios de compulsão, sendo considerado leve quando o paciente apresenta de 1 a 3 episódios por semana até a gravidade extrema onde o paciente pode apresentar 14 ou mais episódios compulsivos por semana (DA CUNHA E MATHIAS, 2021).

Ainda de acordo com o DSM-5 (2014) os sujeitos que são acometidos por TCA, geralmente se envergonham do seu comportamento alimentar desordenado e tendem a escondê-lo, por isso que normalmente a compulsão alimentar ocorre de forma discreta ou até mesmo em segredo. O afeto negativo comumente é o que antecede o episódio, além de outros gatilhos como o estresse, restrições alimentares, sentimentos negativos relacionados ao tamanho e formato do corpo, o tipo de alimento a ser consumido e o tédio.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

É importante ressaltar que apesar da compulsão alimentar ser um sintoma da BN, o TCA se distingue pela inexistência da prática de métodos que visem compensar os episódios de compulsão, com a finalidade de emagrecimento como, por exemplo, a indução de vômitos, a ingestão indiscriminada de laxantes e diuréticos, o excesso de exercícios físicos e utilização de enemas (HILUY et al. 2019).

O DSM-5 (2014) evidencia ainda que o TCA está relacionado a inúmeros impactos funcionais e sociais, alterações na qualidade de vida em relação à saúde, aumento nas taxas de morbidade e mortalidade médicas e na utilização dos serviços de saúde, podendo inclusive estar ligado a uma maior probabilidade de ganho de peso e o desenvolvimento da obesidade.

O TCA pode se desenvolver tanto em indivíduos eutróficos como em casos de sobrepeso e obesos, sendo firmemente ligados a pessoas com sobrepeso e obesidade em pessoas que buscam por tratamento. Igualmente a AN e BN, inicia-se em geral na adolescência, mas pode ocorrer também na idade adulta jovem ou mais tardia, na fase adulta mesmo, com maior ocorrência em mulheres do que em homens e com maior incidência em pessoas que procuram tratamento para perda de peso do que na população em geral e em universitários (TIMERMAN 2021).

TRANSTORNOS ALIMENTARES EM UNIVERSITÁRIOS

Atualmente algumas pesquisas demonstram altas prevalências dos fatores de riscos para desenvolverem TA em jovens universitários, sendo maior nos estudantes cursando a área da saúde, alguns onde a imagem física é de grande importância, dentre eles educação física, nutrição enfermagem e medicina (MAIA et al. 2018).

Fernandes (2019) afirma que diversos estudos vêm destacando um aumento significativo nos transtornos de comportamentos alimentares em estudantes no âmbito da saúde, em confronto a uma menor incidência em outros cursos. Esse grupo sofre com a intimidação e a cominação da boa aparência e forma física dentro de padrões culturais da sociedade, sendo

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

considerados aspectos relevantes associados ao seu sucesso profissional e que retratam como fatores de risco para o aumento desses distúrbios, que podem comprometer em longo prazo a sua saúde e qualidade de vida.

Paixão (2019) ressalta que a insatisfação com a imagem corporal, hábitos alimentares inadequados e um estado nutricional inapropriado podem ser preditores de prováveis riscos para os TA entre os universitários. Além disso, atualmente a mídia dita um padrão corporal a ser seguido, o corpo magro e modelado principalmente no meio jovem, sem contar que no período em que estão na universidade passam por mudanças como intensas alterações biológicas, instabilidade psicossocial, adoção de novos comportamentos e o distanciamento dos familiares o que pode tornar os universitários um grupo ainda mais vulnerável ao desenvolvimento desses transtornos.

Silva et al. (2018) afirmam ainda que os estudantes universitários que apresentam relação problemática com a alimentação e com o próprio corpo possuem maior frequência de comportamentos alimentares descabidos, e esse ponto pode estar diretamente associada a situações de estresse devido a mudança no hábito de vida, pressão psicológica e a falta de tempo para realizar as refeições em decorrência da rotina do dia a dia.

Kessler e Poll (2018) também salientaram em um de seus estudos que a caminhada destes estudantes, podem ser vista como um período peculiar quando se trata da nutrição, critério que chama a atenção a alimentação, que é deixada em segundo plano não recebendo a devida importância que deveria e que esse fato esteja associado às intensas mudanças que esse período implica, bem como do acúmulo de tarefas, responsabilidades e ao novo estilo de vida adotado pelos universitários.

Alguns estudos mostram ainda que inadequações nutricionais são consideradas comuns entre os estudantes em questão, visto que seus hábitos alimentares são fortemente influenciados pelos seus ideais deturpados. Com o ingresso na faculdade, vem à falta de tempo para refeições adequadamente saudáveis e balanceadas devido ao ritmo de suas atividades acadêmicas, substituindo assim, uma boa refeição por fast foods e o estabelecimento de

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

novos comportamentos aliado a novos meios sociais, resultando dessa forma, no excesso de peso e a distorção da imagem corporal (BARBOSA E ARRAIS, 2020).

Esses achados corroboram com os de Barreto e colaboradores (2019) e podem ser atribuídos ao fato de que, ao ingressar na universidade, ocorrem diversas alterações no estilo de vida dos acadêmicos. Tais fatos, associados à transição da adolescência para a juventude traz consigo mudanças biológicas e instabilidade psicossocial, fazendo com que esse público seja ainda mais vulnerável às pressões em relação aos aspectos corporais impostas pela sociedade.

Os universitários, principalmente da área da saúde, enquanto indivíduos comuns da sociedade, não estão livres de sofrer as ações das influências socioculturais e da mídia. Diversas pesquisas indicam que, dentre os estudantes da área da saúde, os alunos de cursos como educação física e nutrição, demonstram os níveis mais elevados de insatisfação corporal e estão mais sujeitos a hábitos alimentares inapropriados e assim serem mais propensos a desenvolverem algum tipo de transtorno alimentar (CHASSIAKOS E COLABORADORES, 2016).

Segundo Pereira et al. (2021) o *Eating Attitudes Test* (EAT-26) é um instrumento de auto relato em forma de escala utilizado para descrever a prevalência de ações de risco para os TA em estudantes Brasileiros. Em uma de suas pesquisas utilizando o EAT-26, foi demonstrado que a atitude de risco para TA variou de 23,7% a 30,1% entre os universitários nas cinco regiões do país.

Em outro estudo também realizado por Pereira et al. (2021) utilizando o mesmo instrumento de avaliação, o autor descreveu que 40,7% dos universitários avaliados faziam regime para perda de peso, 35,6% usavam métodos retributivos, 23,9% negligenciavam algumas refeições, 12,6% ingeriam apenas líquidos ou ficavam horas sem se alimentar e 3,3% induziam o, por muitas vezes, o vômito em busca do corpo ideal.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

Já Martinez et al. (2019) que em uma de suas pesquisas avaliou um determinado grupo de universitários de cursos da área da saúde que apresentavam comportamentos alimentares descontrolados, demonstraram estes pesquisadores que 16% dos estudantes apresentam excessos no consumo alimentar, e que 20% relataram forçar ao vômito, ainda identificou que 61% passaram por algum tipo de restrição alimentar sem acompanhamento de um profissional adequadamente especializado.

Estima-se que ha uma prevalência de bulimia seja de 20% entre os universitário e que em até 90% dessa população estejam demonstrando sintomas de compulsão alimentar. O público feminino é considerado o mais vulnerável à prática de hábitos alimentares impróprios e conseqüentemente de desenvolverem TA, principalmente por estarem entre a maioria dos casos de obesidade e por desejarem mais, o perfil de magreza em relação aos homens (DE CARVALHO et al. 2019).

Sampaio et al. (2019) demonstram que as maiores prevalências de TA apresentam-se entre os estudantes da área da saúde, quando comparados com universitários de outras áreas acadêmicas quando citou um estudo que comparou a prevalência de TA através do EAT-26, encontrando resultados significativamente maiores nos estudantes da saúde (50% em Nutrição; 27% em Enfermagem e 24% em Educação Física), contudo entre os estudantes de Medicina foram observadas as menores taxas, cerca de 10% apenas, demonstrando assim baixas chances para o desenvolvimento de transtornos alimentares por este público.

Souza & Alvarenga (2016), também verificaram em seus estudos que os universitários de Nutrição e Educação Física tem a propensão de se sentir acuados a se adequar ao padrão esperado da sua futura profissão, essa pressão se dá ao perfil do que seria uma saúde ideal, porém, muitas vezes, todo este fluxo acaba se tornando um predisponente no desenvolvimento tanto de TCA quanto de AN e BN.

Resultados interessantes foram vistos em relação aos sintomas de TA com o decorrer do curso entre os universitários de Nutrição e Educação Física,

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

onde os estudantes de nutrição apresentam uma diminuição do comportamento de risco para transtornos alimentares ao longo do avanço no curso, enquanto com os universitários de educação física a situação é inversa. Segundo os autores esta situação pode ter relação com o fato de que ao longo do curso, os alunos de nutrição adquirem maior conhecimento sobre a alimentação, lidando, portanto de forma mais minuciosa com essas questões e reduzindo assim, os riscos de desenvolverem algum tipo de transtorno alimentar, já os alunos de educação física tendem a ficar ainda mais preocupados com a forma física (NUNES, SANTOS E SOUZA, 2017).

Nunes, Santos e Souza (2017) em um dos seus estudos que avaliou 119 universitários de diversos cursos com o foco na área da saúde verificaram que quase um quarto dos avaliados apresentaram atitudes alimentares inadequadas, com risco de desenvolver TA, sendo sua maior prevalência nas universitárias de Nutrição e do gênero feminino. E apesar de o estado nutricional eutrófico ter dominado na grande maioria dos estudantes a presença de risco de TA foi elevada e apresentou também tendência significativa entre os universitários com excesso de peso.

Ao avaliar os hábitos alimentares de um grupo de estudantes universitárias dos cursos de Enfermagem, Ciências Biológicas e Nutrição no seu 1º ano de faculdade Milfont e Senna (2020), concluíram que no total, 13,4% dos indivíduos avaliados apresentaram algum indício de risco para o desenvolvimento de TA, e ao apreciar apenas as análises do curso de Nutrição, essa porcentagem aumentou para 23,8%.

Bento et al. (2016) ressaltou em seus estudos, analisando estudantes do sexo feminino nos cursos de Nutrição, fisioterapia e enfermagem, uma maior propensão no desenvolvimento TA, presumidamente por se sentirem na eminência de corresponder ao modelo de um corpo magro, as vezes como critério para a obtenção do sucesso profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

O presente estudo ilustrou relação consideravelmente significativa entre universitários da área da saúde e suas ações de risco que podem levar ao desenvolvimento de transtornos alimentares. De acordo com dados encontrados tanto a influência da mídia, a cobrança da sociedade por um corpo magro e a autocobrança em relação a sua forma física como cartão de visita para sua futura profissão, quanto à mudança de hábitos e o estresse gerado pelo ingresso na faculdade podem ser predisponentes para transtornos alimentares nesses estudantes, porém não foi possível definir qual o motivo específico que leva ao seu surgimento.

Ressalta-se, portanto a importância desta avaliação e demais investigações a respeito do assunto principalmente em relação aos cursos da área da saúde, uma vez que estes podem ser mais suscetíveis a transtornos alimentares e assim apresentarem maior tendência a escolherem profissões nessas áreas, mostrando um interesse intenso sobre conteúdos relacionados à alimentação, exercício físico, bioquímica e funcionamento do metabolismo, além de propagar informações relevantes e preventivas a fim de minimizar tanto os riscos à saúde desses acadêmicos, como a aqueles associados à prática de tais indivíduos, podendo suscitar distúrbios na população atendida por esses futuros profissionais.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Renata Castelo; TORREL, Rodrigo Holanda. Percepção da autoimagem e risco de transtornos alimentares em estudantes de nutrição. 2019. Tese de Doutorado.

ALMEIDA, L.L.B.; BAPTISTA, T.J.R. Análise da imagem corporal de participantes de um centro de práticas corporais. Revista Pensar a Prática. Goiânia. Vol. 19. Num. 3. 2016.

ALMEIDA, Lilian Cavalheiro De et al. Triagem de transtornos alimentares em estudantes universitários na área da saúde. Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria, São Paulo, Brasil, v. 20, ed. 3, p. 230-243, 2016.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARBOSA, Fernanda Gomes; ARRAIS, Leticia Ruanda Silva. Comportamento alimentar e percepção da imagem corporal em estudantes do ensino superior do curso de nutrição. 2020. Tese de Doutorado.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

BARRETO, J.T.T.; RENDEIRO, L.C.; NUNES, A.R.M.; RAMOS, E.M.L.S.; AINETT, W.S.O.; COSTA, V.V.L.; SÁ, N.N.B. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde de Belém PA. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 13. Num. 77. 2019. p. 120-128.

BENTO, K. M; ANDRADE, K. N. D. S.; SILVA, E. I. G.; MENDES, M. L. M.; OMENA, C. M. B.; CARVALHO, P. G. S. Transtornos Alimentares, Imagem Corporal e Estado Nutricional em Universitárias de Petrolina-PE. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, v. 20, n. 03, p. 197-202, 2016.

BLOC, Lucas Guimarães et al. Transtorno de compulsão alimentar: revisão sistemática da literatura. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 11, n. 1, p. 3-17, 2019.

DA CUNHA CREJO, Bianca; MATHIAS, Mariana Giaretta. Comer transtornado e o transtorno de compulsão alimentar e as abordagens da nutrição comportamental. *Revista InterCiência-IMES Catanduva*, v. 1, n. 6, p. 37-37, 2021.

DA SILVA, Giuliano Roberto et al. Imagem corporal e estado nutricional de acadêmicas do curso de Nutrição de uma Universidade Particular de Alfenas. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 10, n. 56, p. 165-174, 2016.

DE ALMEIDA, Lilian Cavalheiro et al. Triagem de Transtornos Alimentares em Estudantes universitários na área da saúde. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*, v. 20, n. 3, 2016.

DE AZEVEDO PAIVA, Adriana et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra: alimentação, nutrição & saúde*, v. 12, n. 1, p. 193-206, 2017.

DE CARVALHO SAMPAIO, Helena Alves et al. Ambiente familiar e risco de transtorno alimentar entre universitários da área da saúde. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, v. 14, p. 33308, 2019.

DE OLIVEIRA AINETT, Waléria do Socorro; COSTA, Vanessa Vieira Lourenço; DE SÁ, Naíza Nayla Bandeira. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de Nutrição. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 11, n. 62, p. 75-85, 2017.

FERNANDES, Kátia. Impacto das mídias sociais sobre a insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares e depressão em estudantes da Universidade Federal de Ouro Preto. 2019.

FRANK, R.; CLAUMANN, G.S.; PINTO, A.A.; CORDEIRO, P.C.; FELDEN, E.P.G.; Pelegrini, A. GUSMÃO, A. et al. A percepção da autoimagem corporal entre universitários. *Revista Ciências Nutricionais Online*, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 131-135, mar. 2017.

HILUY, João et al. Os transtornos alimentares nos sistemas classificatórios atuais: DSM-5 e CID-11. *Debates em Psiquiatria*, v. 9, n. 3, p. 6-13, 2019.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

KESSLER, Amanda Luisa; POLL, Fabiana Assmann. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, p. 118-125, 2018.

LIRA, Ariana Galhardi et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 66, p. 164-171, 2017.

MAIA, Raimunda Gerlane Lima et al. Estado nutricional e transtornos do comportamento alimentar entre estudantes do curso de graduação em nutrição no Instituto Federal de Educação, Ciências e Tecnologia, Ceará, Brasil. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, v. 13, n. 1, p. 135-145, 2018.

MARTINEZ, P. A. et al. Mídias sociais, ideal magro, insatisfação corporal e atitudes alimentares desordenadas: uma análise exploratória. *Basileia, Suíça: International Journal of Environmental Research*. 2019.

MILFONT, Isabella Meira; SENNA, Rafaela Alves. Transtornos alimentares: análise de estudantes do curso de nutrição de uma universidade particular do DF.

MORAES, Jéssica Maria Muniz et al. Fatores associados à insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. *Revista de Pesquisa em Saúde*, v. 17, n. 2.2016.

MORAES, Priscila Coração Bittencourt. Escalas e questionários para avaliação dos transtornos alimentares. *Transtornos Alimentares*, v. 2, n. 10, p. 23, 2019.

MOREIRA, Daiane Evangelho et al. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de Nutrição e Administração. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*, v. 8, n. 1, p. 18-25, 2017.

NUNES, Lívia Garcia; SANTOS, Mariana Cristina Silva; SOUZA, Anelise Andrade. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. *HU Revista*, v. 43, n. 1, 2017.

PAIVA, A. et al. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicos de nutrição de uma universidade pública. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 12, mar. 2017.

PAIXÃO, Rafaela de Santana. Transtornos alimentares em universitários: uma revisão integrativa. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso.

PEREIRA, Mara Dantas et al. A relação do índice de massa corporal com os hábitos alimentares de acadêmicas do curso de nutrição. *Revista Sul-americana de Educação Básica Técnica e Tecnológica*, v. 8, n. 1, pág. 222-234, 2021.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória

REIS, Aline Silva dos; SOARES, Luana Padua. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. *Rev. bras. ciênc. saúde*, p. 281-290, 2017.

SAMPAIO, Helena Alves de Carvalho et al. Ambiente familiar e risco de transtorno alimentar entre universitários da área da saúde. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, [S.l.], v. 14, p. e33308, abr. 2019. ISSN 2238-913X.

SILVA, Gabriela Avelino da et al. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos de saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 67, p. 239-246, 2018.

SOUZA, A.C.; ALVARENGA, M.S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *J. bras. psiquiatr.*, Rio de Janeiro, v. 65, n. 3, p. 286-299, Sept. 2016.

TIMERMAN, Fernanda. *Transtornos alimentares*. Editora Senac São Paulo, 2021.

VARGAS, L.M. et al. Nível de atividade física de estudantes universitários com e sem distúrbio da imagem corporal. *Pensar a Prática*, [S.l.], v. 19, n. 1, mar. 2016.

1 Acadêmico do curso de Nutrição da Faculdade Multivix - Vitória

2 Mestranda em Neurociência – Professor da Faculdade Multivix - Vitória