

**CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE TANCREDO DE ALMEIDA NEVES –
UNIPTAN**

CURSO DE NUTRIÇÃO

ANA FLÁVIA SILVA PEREIRA

MAURÍCIO RESENDE ISRAEL

**ASSOCIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR COM A
IMAGEM CORPORAL E CONDIÇÕES DE SAÚDE EM ACADÊMICOS
DE NUTRIÇÃO**

**SÃO JOÃO DEL REI
NOVEMBRO DE 2022**

ANA FLÁVIA SILVA PEREIRA
MAURÍCIO RESENDE ISRAEL

**ASSOCIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR COM A
IMAGEM CORPORAL E CONDIÇÕES DE SAÚDE**

Trabalho de Conclusão do Curso,
apresentado no Curso de Nutrição
do Centro Universitário Presidente
Tancredo de Almeida Neves
(UNIPTAN).

Orientador: Prof. DSc Douglas Roberto Guimarães Silva

SÃO JOÃO DEL REI
NOVEMBRO DE 2022

ANA FLÁVIA SILVA PEREIRA

MAURÍCIO RESENDE ISRAEL

**ASSOCIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR COM A
IMAGEM CORPORAL E CONDIÇÕES DE SAÚDE EM ACADÊMICOS
DE NUTRIÇÃO**

Trabalho de Conclusão do Curso,
apresentado no Curso de Nutrição do
Centro Universitário Presidente Tancredo
de Almeida Neves (UNIPTAN).

São João Del Rei, 11 de novembro de 2022

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Douglas Roberto Guimarães Silva

UNIPTAN

Prof. Eduarda Lopes Alves

UNIPTAN

MSc. Thainá Richelli Oliveira Resende

UFJF

ASSOCIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR COM A IMAGEM CORPORAL E CONDIÇÕES DE SAÚDE

Ana Flávia Silva Pereira ¹

Maurício Resende Israel ²

Douglas Roberto Guimarães Silva ³

1 Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN. 2 Discente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN. 3 Docente do Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN. E-mail para contato: douglas.silvia@uniptan.edu.br

RESUMO: Estudos realizados no Brasil demonstraram que o perfil de estilo de vida de universitários apresenta deficiências preocupantes em relação à insatisfação corporal e aos aspectos disfuncionais com a alimentação. Com isso o objetivo desse estudo foi avaliar a associação entre comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde em jovens universitários. É caracterizado com estudo quantitativo e transversal, no qual 44 estudantes do curso de nutrição matriculados no Centro Universitário Presidente Tancredo Neves, preencheram questionários de instrumentos validados para cada variável do estudo através do Google Forms. Foram avaliados comportamentos alimentares distintos (restritivo, emocional e intuitivo, a insatisfação corporal, o afeto negativo e sintomas de ansiedade. A partir dos dados coletados, os resultados foram tabulados em planilhas do Microsoft Excel versão 16.0 e transpostos para o software Statistical Package for the Social Sciences – SPSS (IBM Versão 21.0), no qual foi realizada a estatística descritiva das variáveis sob investigação, por meio da frequência absoluta e relativa, para os dados categóricos e para as variáveis discretas e contínuas, foi calculada a média e o desvio-padrão. Para avaliar a associação entre as variáveis foi utilizado o teste de correlação de Pearson, com significância considerada de $p < 0,05$. Foi possível observar em uma amostra universitária do interior de Minas Gerais, médias aumentadas no comportamento alimentar restritivo, na insatisfação que possuem em seus corpos e na sintomatologia de ansiedade, juntamente a afeto negativo. De modo com que correlações indicam comportamentos alimentares disfuncionais estão relacionados a pior imagem corporal nesses estudantes.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Insatisfação corporal. Afeto negativo. Comer intuitivo; Restrição dietética. Comer emocional.

1 INTRODUÇÃO

A imagem corporal faz parte do mecanismo de identidade pessoal que tem uma construção multidimensional no qual duas dimensões podem ser divididas: a dimensão perceptiva, que considera a acurácia no julgamento do tamanho e forma corporal e, a dimensão atitudinal, que se refere aos aspectos cognitivos, comportamentais e afetivos dos indivíduos com seus corpos (CASH; PRUZINSKY, 2002; CASH; SMOLAK, 2011).

O comportamento alimentar se trata de ações relacionadas ao ato de comer, que envolvem emoções (sentimentos) e cognições (pensamentos) (ALVARENGA et al., 2018). No qual, os indivíduos se alimentam por uma necessidade fisiológica, onde a ingestão dos alimentos (nutrientes) é necessária para o funcionamento corporal como um todo. Além disso, a escolha do que o indivíduo irá comer e a quantidade dos alimentos, são influenciadas pela cognição que naquele momento esse indivíduo apresenta. Essa escolha representa os pensamentos e necessidades de forma voluntária o ato de se alimentar. Ademais, os sentimentos também podem ser preditores das escolhas alimentares, tanto emoções positivas, quanto negativas. Uma vez que o alimento pode se tornar uma fuga consciente para lidar com esses sentimentos (BERNARDI; CICHELERO; VITOLO, 2005; CORBALÁN-TUTAU, 2012).

Existe na literatura científica a descrição de alguns comportamentos alimentares comuns na população, como é o caso da restrição alimentar, do comer emocional e do comer intuitivo. A restrição alimentar se trata de um comportamento consciente para reduzir a ingestão de alimentos a fim de controlar o peso corporal (BERNARDI; CICHELERO; VITOLO, 2005). O comer emocional se refere na adoção de um comportamento em busca de recompensa para sanar emoções e sentimentos, podendo advir de uma restrição alimentar ou não (CORBALÁN-TUTAU, 2012). Em contrapartida, o comer intuitivo é um comportamento alimentar que tem como premissa o respeito aos sinais corporais, como as sensações de fome e saciedade, no qual comedores intuitivos estão cientes em seus corpos, focando na função corporal e não se importam com comida e o fazer dieta (TRIBOLE; RESCH, 1995, 2020).

Sabe-se que o comer intuitivo se trata de um comportamento protetor para os transtornos alimentares e para o bem-estar geral, afetando diretamente na saúde psicológica dos indivíduos (CHRISTOPH *et al.*, 2021). De modo que, a insatisfação corporal, seguida de comportamentos não saudáveis para a perda de peso, com a restrição alimentar e o comer

emocional podem prever os transtornos alimentares e estar associado a sintomas depressivos e de ansiedade (STICE *et al.*, 2017; STICE; DESJARDINS, 2018).

Um grupo que se mostra vulnerável em relação a insatisfação corporal e aos aspectos disfuncionais com a alimentação se trata dos jovens universitários. Fato que pode ser justificado pelo ingresso na vida universitária, onde muitas vezes pode ocorrer afastamento dos familiares, ganho de responsabilidades da com a vida universitária, onde muitas incertezas e mudanças em relação ao estilo de vida são comuns, como por exemplo a adoção de novos hábitos alimentares e autocrítica (PIEPER, CORDOVA, 2018). Estudos mostram que a exposição ao novo meio social pode trazer como consequência aumento da insatisfação corporal e alterações no comportamento alimentar (ALVARENGA *et al.*, 2020; MIRANDA *et al.*, 2012).

Especificamente, estudantes que lidam diretamente com os corpos e com os alimentos são ainda mais vulneráveis, como é o caso de universitários do curso da nutrição. Pieper e Cordova (2018) verificou a prevalência de Insatisfação Corporal e risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição, quando comparados a outro curso na área da saúde, no qual encontrou que esta população se mostrou com forte insatisfação corporal, e os de fisioterapia moderada. Os autores concluem que, estudantes do sexo feminino de nutrição tem maior insatisfação corporal, quando comparadas a estudantes do sexo feminino do curso de Fisioterapia (PIEPER, CORDOVA, 2018).

Portanto, compreender se alguns padrões alimentares, como a restrição alimentar, o comer emocional e o comer intuitivo se associam com a insatisfação corporal e com condições de saúde, como sintomas depressivos e de ansiedade em jovens universitários se faz necessário para descrever essas características nesse público-alvo, uma vez que a prevalência de transtornos alimentares (TAs) e seus agravos vem aumentando consideravelmente (GALMICHE *et al.*, 2019). É crucial compreender essas associações para que intervenções futuras focadas no comportamento alimentar e na satisfação corporal sejam planejadas especificamente para os jovens universitários.

Com isso, o objetivo geral do presente trabalho é avaliar a associação entre comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde em jovens universitários. Ainda, como objetivos específicos, há: a) apontar qual a incidência dos seguintes comportamentos alimentares: restrição alimentar, comer emocional e comer intuitivo; b) avaliar a imagem corporal por meio da insatisfação corporal; c) apontar os escores de afeto negativo e de ansiedade autorelatados d) analisar a associação dos fatores estudados com o comportamento alimentar da amostra.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

2.1 Caracterização do estudo

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, de cunho transversal e exploratório acerca da associação do comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde entre estudantes do curso da área da nutrição do Centro Universitário Presidente Tancredo Neves. Os estudos de corte transversal têm como característica principal a observação das variáveis, realizada em um único momento e tem como vantagens o fato de permitir a observação direta pelo pesquisador dos fenômenos a pesquisar, de realizar a coleta de informações em curto espaço de tempo (em saúde coletiva muito frequentemente na forma de mutirão), sem necessidade de acompanhamento dos participantes (KRAME, 1988).

2.2 Amostra

Foram convidados a participar do estudo todos os estudantes do curso de nutrição matriculados no Centro Universitário Presidente Tancredo Neves, de qualquer cor, raça ou etnia e que se voluntariaram participar da pesquisa após a explicação dos objetivos e procedimentos que seriam realizados, bem como leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e sua assinatura (nº 61430422.0.0000.9667). Os acadêmicos matriculados no curso de nutrição tem o total de 232 alunos e a amostra final apresenta 44 indivíduos.

2.3 Procedimentos

O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN). Os participantes foram convidados por meio de divulgação do projeto de pesquisa na Instituição de Ensino Superior e também pelas redes sociais para responder aos questionários (online), através do *Google Forms*, para avaliar as variáveis de interesse.

2.4 Coleta de dados e variáveis do estudo

A coleta de dados se deu por meio do preenchimento por parte dos participantes de instrumentos validados para cada variável do estudo.

2.4.1 Caracterização da amostra

Foi aplicado um questionário estruturado que aborde questões relativas ao sexo, idade, e período atual, massa corporal (em quilogramas), estatura (em centímetros).

2.4.2 Imagem Corporal

Para avaliar a imagem corporal dos participantes, em específico da insatisfação corporal, será utilizado a versão adaptada para a população brasileira (homens e mulheres) do *Body Shape Questionnaire-8* (BSQ-34; SILVA et al., 2014) de 34 itens que avalia as preocupações com o peso corporal e com a forma (exemplo: "você já sentiu vergonha do seu corpo?").

2.4.3 Comportamento alimentar

A fim de avaliar o comportamento alimentar, foram utilizados os seguintes instrumentos avaliados psicometricamente para a população brasileira. Para avaliar o comportamento alimentar emocional e restritivo foi utilizado o *Dutch Eating Behaviour Questionnaire* (DEBQ) de Moreira et al. (2017) composto por 33 questões, divididas entre 3 escalas: comer restritivo, comer emocional e comer influenciado por fatores externos. As respostas consistem de uma escala *Likert* variando de "nunca" (1 ponto) a "muito frequentemente" (5 pontos), e seus resultados foram apresentados com a média dos escores obtidos das perguntas de cada subescala, sendo maiores médias associadas a comportamentos mais disfuncionais. Para avaliar o comer intuitivo foi utilizado o *Intuitive Eating Scale* (IES-2) de Silva et al. (2020), é composta por 23 afirmações que serão respondidas em escala do tipo *Likert* de cinco pontos "discordo" (1 ponto) a "concordo totalmente" (5 pontos). O escore total do comer intuitivo pode variar de 23 a 115, quanto maior for a pontuação, maior é o nível de comer intuitivo.

2.4.4 Condições de saúde

Com objetivo de avaliar sintomas de ansiedade, foi utilizado o Inventário de Ansiedade Beck (BAI). O BAI é uma escala de autorrelato que busca mensurar a intensidade de sintomas de ansiedade, adaptada e validada para o Brasil por Cunha (2001). É composto por 21 itens que abrangem os sintomas mais frequentes de ansiedade, cada item é pontuado de

0 a 3 e quanto mais alta a pontuação, mais severos os sintomas. A classificação da ansiedade é realizada através de níveis: mínimo (escores de 0-10), leve (de 11-19), moderado (de 20-30) e grave (de 31-63).

A fim de avaliar o afeto negativo foi utilizado a subescala referente ao afeto negativo (Negative Affect) avaliada psicometricamente para população brasileira, com 10 itens a serem respondidos (CARVALHO et al., 2013). Estes foram respondidos de acordo com o que as participantes sentiram na última semana (1 = muito pouco ou nada, 2 = um pouco, 3 = moderadamente, 4 = muito, 5 = excessivamente). O escore total é dado através da média obtida para as respostas, que pode variar de 1 a 5 (CARVALHO et al., 2013).

2.4 Tabulação e análise dos dados

Primordialmente, os dados foram tabulados em planilhas do Microsoft Excel versão 16.0. Os dados foram transpostos para o software *Statistical Package for the Social Sciences* – SPSS (IBM Versão 21.0). Posteriormente, foi realizada a estatística descritiva das variáveis sob investigação, por meio da frequência absoluta e relativa, para os dados categóricos e para as variáveis discretas e contínuas, será calculada a média e o desvio-padrão. Para avaliar a associação entre as variáveis foi utilizado o teste de correlação de Pearson, com significância considerada de $p < 0,05$.

3 RESULTADOS

3.1 Análises descritivas e caracterização da amostra

A Tabela 1 descreve todos os dados descritos, a fim de caracterizar a amostra quanto a média, com valores mínimos e máximo da idade (anos) e do IMC (kg/m^2), assim como o percentual e frequência do sexo (feminino/masculino), classificação do IMC (baixo peso, eutrofia, sobrepeso e obesidade) e o período do curso. A maior parte da amostra tem como participantes o sexo feminino (73,9%; $n = 34$), mais da metade da amostra apresenta estado nutricional de eutrofia (58,7%; $n = 27$) e o período mais respondente é oitavo período (45,7%; $n = 21$).

Tabela 1 – Análises descritivas dos dados quanto a amostra estudada

	MÉDIA	MIN – MAX
IDADE (anos)	26,56	18 – 61
IMC (kg/m^2)	23,74	17,57 – 31,28
	PERCENTUAL (%)	FREQUÊNCIA (N)
SEXO		
Feminino	73,9	34
Masculino	21,7	10
CLASSIFICAÇÃO IMC		
Baixo peso	6,5	3
Eutrofia	58,7	27
Sobrepeso	26,2	12
Obesidade	4,3	2
PERÍODO DO CURSO		
Segundo período	17,4	8
Terceiro período	2,2	1
Quarto período	6,5	3
Sexto período	13	6
Sétimo período	10,9	5
Oitavo período	45,7	21

Legenda: IMC = Índice de Massa Corporal

Fonte: Elaborada pelos autores (2022)

3.2 Média das variáveis estudadas e suas correlações

A Tabela 2 apresenta as médias das variáveis estudadas, com seus respectivos intervalos de confiança (95%). A saber: comportamento alimentar restritivo ($M = 21,72$); emocional ($M = 27,43$) e intuitivo ($M = 74,63$), afeto negativo ($M = 23,65$), sintomas de ansiedade ($M = 37,40$) e insatisfação corporal ($M = 82,32$).

Tabela 2 – Média das variáveis e intervalo de confiança (95%) da amostra

	t	MÉDIA	95% INTERVALO DE CONFIANÇA DA DIFERENÇA	
			Inferior	Superior
COMPORTAMENTO ALIMENTAR RESTRITIVO	25,508	21,7273	20,009	23,445
COMPORTAMENTO ALIMENTAR EMOCIONAL	29,712	27,4318	25,570	29,294
COMPORTAMENTO ALIMENTAR INTUITIVO	34,209	74,6364	70,236	79,036
AFETO NEGATIVO	17,272	23,6591	20,897	26,421
SINTOMAS DE ANSIEDADE	19,023	37,4091	33,443	41,375
INSATISFAÇÃO CORPORAL	15,127	82,3182	71,344	93,292

Fonte: Elaborada pelos autores (2022)

Já na tabela 3 é possível observar a correlação entre as variáveis, conforme o objetivo proposto. Nota-se que comportamento alimentar restritivo está positivamente relacionado ao comportamento alimentar emocional ($r = 0,852$; $p < 0,001$), ao afeto negativo ($r = 0,534$; $p < 0,001$) e a insatisfação corporal ($r = 0,384$; $p = 0,01$). Está negativamente relacionado ao comportamento alimentar intuitivo ($r = -0,588$; $p < 0,001$). O comportamento alimentar emocional está correlacionado a todas as variáveis, de forma positiva ao afeto negativo ($r = 0,386$; $p < 0,01$), a insatisfação corporal ($r = 0,344$; $p = 0,02$) e sintomas de ansiedade ($r = 0,027$; $p = 0,01$). E negativamente ao comportamento alimentar intuitivo ($r = -0,615$; $p < 0,001$).

Tabela 3 – Correlações entre as variáveis, r de Pearson e valor de p da amostra

	1	2	3	4	5	6
COMPORTAMENTO ALIMENTAR RESTRITIVO	-					
COMPORTAMENTO ALIMENTAR EMOCIONAL	0,852 p < 0,001	-				
COMPORTAMENTO ALIMENTAR INTUITIVO	- 0,588 p < 0,001	- 0,615 p < 0,001	-			
AFETO NEGATIVO	0,534 p < 0,001	0,386 p = 0,010	- 0,232 p = 0,129	-		
SINTOMAS DE ANSIEDADE	0,180 p = 0,241	0,027 p = 0,01	- 0,26 p = 0,865	0,521 p < 0,001	-	
INSATISFAÇÃO CORPORAL	0,384 p = 0,01	0,344 p = 0,02	- 0,245 p = 0,108	0,481 p = 0,001	0,389 p = 0,009	-

Legenda: 1 = comportamento alimentar restritivo; 2 = comportamento alimentar emocional; 3 = comportamento alimentar intuitivo; 4 = afeto negativo; 5 = sintomas de ansiedade; 6 = insatisfação corporal

Fonte: Elaborada pelos autores (2022)

4 DISCUSSÃO

Conforme apresentado nos resultados, o comportamento alimentar restritivo; emocional e intuitivo, tiveram média que variaram de 21,72; 27,43 e 74,63 pontos, respectivamente. E conforme os instrumentos que avaliam essa variável, o comer restritivo pode ser avaliado de 4 a 40 pontos, e na amostra estudada a média foi acima de 50% de comedores restritivos. Já para o comer emocional o escore pode variar de 4 a 92 pontos, no qual os estudantes apresentam apenas 30% desse perfil. E no que se refere ao comer intuitivo (23 a 115 pontos), a grande maioria, cerca de 64,89% apresentaram ser comedores intuitivos.

Segundo estudo que também avaliou a prática de dietas em estudantes universitários, a prática de dietas restritivas, como “dieta detox” ultrapassou a metade desses indivíduos, mais especificamente 52,3% (SILVA; DORDOÑEZ; FERNANDES, 2020). Fato que pode ser preocupante visto que o comer restritivo é um considerável fator de risco para os transtornos alimentares (CARVALHO, 2017). Mas contrapondo esses resultados, a amostra obteve percentual expressivo de comedores intuitivos, fato que pode ser interessante na proteção visto a eficácia e correlação positiva do comer intuitivo em fatores de proteção a essas psicopatologias (BABBOTT *et al.* 2022).

Uma hipótese para tais resultados dissonantes se trata de a amostra ser composta por homens e mulheres, no qual uma pesquisa anterior constatou que homens são muito mais intuitivos ao comer em comparação às mulheres, podendo ter favorecido o grande percentual de comer intuitivo (TYLKA; HOMAN, 2015). Com isso, é importante que as futuras avaliações sejam feitas separando homens e mulheres.

Em relação ao instrumento que avalia o afeto negativo, a pontuação pode variar de 5 a 50 pontos, e o de sintomas de ansiedade de 4 a 84 pontos. Na amostra estudada, 47,3% apresentam afeto negativo e 44,5% sintomas de ansiedade. Os resultados encontrados corroboram com Lelis (2020), no qual estudantes universitários apresentam maior nível de sintomas negativos, com depressivos (52,3%), seguidos de ansiedade (41,1%). Característica preocupante devido ao panorama de sofrimento psicológico em universitários, o mesmo autor (LELIS, 2020) indica que esse pode ter estreita relação com a intensa carga horária, elevado material a serem estudados e incerteza em relação à vida profissional (LELIS, 2020).

Com relação à insatisfação corporal, o escore pode variar de 6 a 204 pontos, e na amostra estudada essa variável está presente em 40,3%. Estudo que avaliou a insatisfação corporal de universitários no Brasil, por meio de uma revisão sistemática apontou prevalência menor ao atual trabalho, com 30,2% de insatisfação corporal nos estudantes (GAMA, 2021).

Fato esse interessante e que merece atenção devido ao curso investigado no presente trabalho (nutrição). Segundo a literatura presente, cursos que lidam diretamente com os corpos e a alimentação estão inseridos em um contexto maior de pressão social para manutenção e obtenção dos ideais corporais, assim como, são rotineiramente pressionados quanto aos hábitos de vida saudáveis (BOSI, *et al.* 2008; LAUS *et al.* 2009).

Corroborando com a média encontrada de insatisfação corporal dessa presente amostra, juntamente ao pressuposto indicado acima, em outro estudo que avaliou estudantes de nutrição, encontrou-se escore médio de insatisfação corporal de 81,43 pontos (BANDEIRA, *et al.* 2016). Parecendo dessa forma ser um indicativo de que esses estudantes possuem alto risco de transtornos alimentares.

Em relação as correlações encontradas, é possível observar que a insatisfação corporal esteve associada ao comportamento alimentar restritivo, ao emocional e ao afeto negativo positivamente, e inversamente correlacionado ao intuitivo. O que demonstra que pessoas que se sentem insatisfeitas com seus corpos podem buscar uma alternativa para confrontar isso, com a busca pela restrição alimentar. Assim como, podem comer de forma mais emocional, como uma forma de descontrole pela restrição imposta e por não seguir os sinais internos corporais, sinalizados pelo comer intuitivo. Destaca-se que o caminho pode ser inverso também, indivíduos que comem restritivamente e emocionalmente podem se sentir insatisfeitos com seus corpos.

Esse achado corrobora com o estudo clássico de Stice, no ano de 1994, no qual o pesquisador demonstra o caminho etiológico dos transtornos alimentares, de modo com que a insatisfação corporal é um preditor importante para comportamentos alimentares transtornados (STICE, 1994). Esse caminho demonstra ainda, que indivíduos que estão insatisfeitas com seus corpos, são mais susceptíveis a prática de dietas, que por sua vez, provoca sofrimento psicológico, como afeto negativo (STICE, 1994). Mais recentemente, Fochesatto (2020) avaliou o comportamento alimentar e a percepção da imagem corporal de adultos que se submetem a dieta para perda de peso. A autora encontrou que o comportamento alimentar de indivíduos que se submetem à dieta restritiva se mostrou acompanhada de insatisfação com a imagem corporal leve, moderada ou grave (FOCHESATTO, 2020).

De forma semelhante ao encontrado pelas associações do comer restritivo, o comportamento alimentar emocional se mostrou relacionado ao afeto negativo e a sintomas de ansiedade. Achado que já esperava de ser encontrado, visto que indivíduos que comem mais emocionalmente possuem tendência de se alimentar para sanar seus sentimentos/emoções,

especialmente aos negativos, como de ansiedade e afeto negativo. E de forma inversa, o comer emocional esteve correlacionado negativamente ao comer intuitivo, o que de fato demonstra que comedores intuitivos conseguem diferenciar a fome física da emocional, comendo por razões internas, como os sinais de fome e saciedade. (TRIBBLE, RESH, 2020)

Em suma, os achados desse presente trabalho somam o que a literatura vem descrevendo nos estudos da imagem corporal e do comportamento alimentar, sobre os padrões comportamentais, cognitivos e emocionais relacionados ao corpo e à alimentação. Porém, esse tipo de investigação ainda não havia sido avaliado nessa amostra de estudantes do interior de Minas Gerais, o que evidencia que alunos de nutrição dessa instituição possuem indicadores aumentados de comer restritivo, insatisfação corporal, sintomas de ansiedade e de afeto negativo. O que se faz necessário que estratégias de intervenção sejam realizadas nesse público, como forma de reduzir todos esses fatores de risco para os transtornos alimentares.

5 CONCLUSÃO

É possível observar em uma amostra universitária do interior de Minas Gerais, médias aumentadas no comportamento alimentar restritivo, na insatisfação que possuem em seus corpos e na sintomatologia de ansiedade, juntamente a afeto negativo. De modo com que correlações indicam comportamentos alimentares disfuncionais estão relacionados a pior imagem corporal nesses estudantes.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA, M. S. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal em universitárias brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 44-51, 2010.
- ARGYRIDES, M.; KKELI, N. Predictive factors of disordered eating and body image satisfaction in cyprus. **International Journal of Eating Disorders**, v, 48, n. 4, p. 431–435, 2014.
- BABBOTT, K. M. *et al.* Outcomes of intuitive eating interventions: a systematic review and meta-analysis. **Eating disorders**. Online ahead of print, 2022
- BANDEIRA, Y. E. R. *et al.* Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria** [online], v. 65, n. 2, p.168-173, 2016.
- BOSI, M. L. M. *et. al.* Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 57, n. 1, p. 28-33, 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Nacional de Assistência à Saúde. **ABC do SUS — Doutrinas e princípios**. Brasília: 1990.
- CARVALHO, P. H. B.; ALVARENGA, M. S.; FERREIRA, M. E. C. An etiological model of disordered eating behaviors among Brazilian women. **Appetite**, v. 116, p. 164-172, 2017.
- Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 2, p. 92-100, 2019.
- CASH, T. F.; PRUZINSKY, T. **Understanding Body Images: Historical and Contemporary Perspectives**. In:____. **Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice**. New York, London: The Guilford Press, 2002. p. 3- 12.
- CASH, T. F.; SMOLAK, L. **Body image: A handbook of science, practice, and prevention**. 2. ed. New York: The Guilford Press, 2011.
- CHRISTOPH, M. *et al.* Longitudinal associations between intuitive eating and weight-related behaviors in a population-based sample of young adults. **Appetite**, v. 160, p.105093, 2021.
- CORBALÁN-TUTAU, M. Validation of a questionnaire on emotional eating for use in cases of obesity: the Emotional Eater Questionnaire (EEQ). **Nutricion hospitalaria**, v. 27, n. 2, p. 645-651, 2012.
- COSTA, C. O. *et al.* Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos.
- CUNHA, J. A. (2001). **Manual da versão em português das Escalas Beck. Manual**. São Paulo: Casa do psicólogo.

- DI PIETRO, M.; SILVEIRA, D. X. Internal validity, dimensionality and performance of the Body shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 31, n. 1, p. 21–24, 2009.
- EVERS, C. *et al.* Feeling bad or feeling good, does emotion affect your consumption of food? a meta-analysis of the experimental evidence. **Neuroscience e Biobehavioral Reviews**, v. 92, p. 195–208, 2018
- FERNANDES, R. *et al.* Self-esteem, body image and depression in adolescents with different nutritional conditions. **Revista de Salud Pública**, v. 19 n. 1, p. 66-72, 2017.
- FESTINGER, L. A theory of social comparison processes. **Human Relations**, v. 7, n. 2, p. 117-140, 1954.
- GALMICHE, M. *et al.* Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: A systematic literature review. **American Journal of Clinical Nutrition**, v. 109, n. 5, p. 1402–1413, 2019.
- GAMA, C. O. **Insatisfação corporal de universitários no Brasil: conceitos e evidências empíricas**. Tese (doutorado) – Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2021.
- GORENSTEIN, C.; ANDRADE, L. Validation of a portuguese version of the beck depression inventory and the state-trait anxiety inventory in brazilian subjects. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research**, v. 29, n. 4, p. 453–457, 1996.
- HAZZARD, V. M. *et al.* Intuitive eating longitudinally predicts better psychological health and lower use of disordered eating behaviors: findings from EAT 2010–2018. **Eating and Weight Disorders**, v. 26, p. 287–294, 2020.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **PNS – Pesquisa Nacional de Saúde**. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/saude/9160pesquisanacionaldesaude.html?=&t=resultados>. Acesso em: 29 de abril de 2022.
- KESSLER, A. L.; POLL, F. A. Relação entre imagem corporal, atitudes para transtornos alimentares e estado nutricional em universitárias da área da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 2, p. 118-25, 2018.
- KLOTZ-SILVA, J. **Hábitos alimentares e comportamento alimentar: do que estamos falando?** 2015. 75 f. Tese (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.
- KRAMER, M.S. **Clinical Epidemiology and Biostatistics**. Berlin: Springer-Verlag, 1988.

- LAUS, M. F.; MOREIRA, R. C. M, COSTA, T. M. B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. **Revista Psiquiátrica do Rio Grande do Sul**, v. 31, n. 3, p.192-6, 2009.
- LELIS, K. C. *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 23, p. 9-14, 2020.
- MIRANDA, V. P. N. *et al.* Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 61, n. 1, p. 25-32, 2012.
- MOREIRA D. E. *et al.* Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração. **Revista Científica da Associação Brasileira de Nutrição**, v. 8, n. 1, p. 18-25, 2017
- MOREIRA, G. S. X. *et al.* Transcultural adaptation procedures for the Dutch eating behavior questionnaire (DEBQ) for Brazil. **Avaliação Psicológica**, v. 16. n. 4. p. 37 426–435, 2017.
- NUNES, M. A. *et al.* Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 23, n. 1, p. 21-7, 2001.
- PIEPER, T. R.; CORDOVA, M. E. Percepção da imagem corporal e risco de transtornos alimentares em universitárias. **RBONE**, v. 12, n. 74, p. 796-803, 2018.
- SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A. **Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica**. 9a ed. Porto Alegre: Artmed; 2010.
- SCHILDER, P. **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique**. Trad. Rosane Wertman. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994.
- Schneider, K. L. *et al.* The emotional eating scale. Can a self-report measure predict observed emotional eating? **Appetite**, v. 58, n. 2, p. 563–566, 2012.
- SCHWARTZ, G.; WEISS, S. Behavioral medicine revisited: An amended definition.
- SILVA, L. P. R. *et al.* Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados: um estudo com jovens estudantes de graduação. **Einstein**, v. 17, n. 4, p. AO4642, 2019.
- SILVA, P. C. G.; ORDOÑEZ, A. M.; FERNANDES, I. **Verificação de dietas restritivas sem acompanhamento nutricional em universitárias de uma faculdade particular de Foz do Iguaçu/PR por meio de questionário**. Trabalho de Conclusão de Curso, 2020.
- SILVA, W. R. *et al.* A psychometric investigation of Brazilian Portuguese versions of the Caregiver Eating Messages Scale and Intuitive Eating Scale-2. **Eating and Weight Disorders -**

Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, v. 25, n. 1, p. 221-230, 2020. SLADE, P. D. **What is body image?** Behaviour Research and Therapy, v. 32, n. 5, p.497- 502, 1994.

STICE, E. A review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. **Clinical Psychological Review**, Tarrytown, v. 14, n. 7, p. 633-661, 1994.

STICE, E. A review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. **Clinical Psychological Review**, Tarrytown, v. 14, n. 7, p. 633-661, 1994.

STICE, E. *et al.* Risk factors that predict future onset of each DSM-5 eating disorder: Predictive specificity in high-risk adolescent females. **Journal of Abnormal Psychology**, v. 126, n. 1, p. 38–51, 2017.

STICE, E.; DESJARDINS, C. D. Interactions between risk factors in the prediction of onset of eating disorders: Exploratory hypothesis generating analyses. **Behaviour Research and Therapy**, v. 105, n. 1, p. 52–62, 2018.

TRIBOLE, E.; RESCH, E. **Intuitive Eating: A Revolutionary Anti-Diet Approach**, 4th Edition. Saint Martin's Paperbacks, New York, 2020.

TRIBOLE, E.; RESCH, E. **Intuitive Eating: A Revolutionary Program That Works**. Saint Martin's Paperbacks, New York, 1995.