
PREVALÊNCIA DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE RISCO PARA ORTOREXIA NERVOSA EM ACADÊMICOS DE NUTRIÇÃONatalia Bergonzi¹, Marina Daros Massarollo²**RESUMO**

Objetivo: Este estudo teve como objetivo identificar a prevalência de comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de ortorexia nervosa (ON) em acadêmicos de Nutrição. Materiais e métodos: Trata-se de um estudo quantitativo e transversal. Participaram da pesquisa estudantes de Nutrição, de ambos os sexos, com 18 anos ou mais, da Universidade Estadual do Oeste do Paraná, do município de Francisco Beltrão-PR. Foi utilizado o questionário Orto-15 para a avaliação de comportamentos alimentares característicos de ortorexia. Resultados: Observou-se que 27 (44,26%) indivíduos apresentaram comportamento de risco para desenvolver ON, predominantemente no sexo feminino (96,29%). Em relação à série cursada, alunos dos primeiros anos apresentaram maior risco para desenvolver ON. Considerando o índice de massa corporal (IMC), alunos em eutrofia apresentaram maior risco de desenvolvimento e ao relacionar ortorexia com exercício físico, praticantes de exercício físico de frequência moderada demonstraram maior risco para o desenvolvimento da ON. Considerando moradia, renda familiar e patologias, o risco foi predominante em moradores da área urbana, renda de um a seis salários-mínimos e com alguma patologia. Conclusão: A ON é uma alteração no comportamento alimentar não considerada como transtorno alimentar, em que ocorre uma preocupação exagerada com a alimentação saudável. São necessários mais estudos e divulgação sobre o tema, pois é um assunto pouco conhecido e comentado, com potencial patológico e consequências sérias, que podem ocasionar problemas que vão além do contexto psicossocial, como também nutricionais. Isso pode influenciar de diversas maneiras a vida desses acadêmicos e suas condutas profissionais.

Palavras-chave: Nutrição. Ortorexia. Desordem alimentar.

1 - Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Estadual do Oeste do Paraná-UNIOESTE, Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

ABSTRACT

Prevalence of risky eating behavior for orthorexia nervosa in nutrition academics

Objective: This study aimed to identify a prevalence of orthorexia nervosa (ON) in Nutrition students. Methods: This is a quantitative and cross-sectional study. Nutrition students of both sexes aged 18 or over, from the State University of West Paraná, municipality of Francisco Beltrão-PR participated in the research. The Ortho-15 questionnaire was used to assess eating behavior characteristic of orthorexia. Results: It was observed that 27 (44.26%) individual showed risk behavior for developing ON, predominantly in females (96.29%). In relation to the grade attended, students in the first years had a higher risk of for developing ON. Considering the body mass index (BMI), eutrophic students had a higher risk of development and when relating orthorexia and physical activity, practitioners of physical activity two to three times a week showed a greater risk for the development of ON. Considering housing, family income and pathologies, the risk was predominant in urban area residents, income from one to six minimum wages and with pathologies. Conclusion: NO is an alteration in eating behavior not considered an eating disorder, in which there is an exaggerated concern with healthy eating. More studies and dissemination on the subject are needed, as it in a little known and discussed subject, with pathological potential and serious consequences, which cause problems that go beyond the psychosocial context, as well as nutritional problems. This can influence the lives of these students and their professional behavior in different ways.

Key words: Nutrition. Orthorexia. Eating disorder.

2 - Professora colaboradora do curso de Nutrição da Universidade Estadual do Oeste do Paraná-UNIOESTE, Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que atualmente frases como “culto ao corpo”, “indústria da beleza”, “vida saudável” e outros termos associados a saúde e bem-estar com o corpo se tornaram comuns na vida das pessoas.

Junto a isso, em meio a mídia, considerando sua influência e estimulação por meio de campanhas, propagandas, séries de televisão e outros meios, é notório a grande busca por soluções que melhorem a saúde e a estética corporal (Coelho e colaboradores, 2016).

Os meios de comunicação informam cada vez mais sobre alimentação saudável e o risco que alguns alimentos trazem a saúde.

Diante disso, há uma busca incessante por uma alimentação saudável para prevenir doenças e se enquadrar em um padrão estético estabelecido e considerado aceitável, e assim muda-se o comportamento nas refeições e dietas restritivas são adotadas, sendo que em muitas vezes esta alimentação não se enquadra em seus padrões sociais particulares, culturais e de sua própria preferência (Pontes, Montagner, Montagner, 2014).

A falta de cuidado com a saúde pode resultar em patologias e vale ressaltar que o cuidado em excesso também pode se tornar patológico.

Assim se faz necessária a abordagem sobre o desenvolvimento de doenças relacionadas a preocupação excessiva com a saúde (Coelho e colaboradores, 2016).

Estar atento ao que come e preocupar-se em ter uma alimentação saudável é uma atitude, em geral, benéfica para a saúde e para a qualidade de vida.

Isso pode fazer com que alguns comportamentos perante a alimentação fiquem camuflados em um falso “discurso de saúde”, impedindo que seja encarado como um problema, tendo em vista a dificuldade em entender e aceitar que comportamentos “saudáveis” podem levar a danos para a saúde.

Porém, é importante destacar que, quando a preocupação com o comer saudável é tamanha, que se aproxima de uma obsessão, a vida do indivíduo acaba girando em torno da comida, o que pode acarretar grandes restrições alimentares e complicações sociais (Penaforte e colaboradores, 2018).

Os transtornos alimentares podem ocorrer por vários fatores, como pré-disposição genética, meio social, cultural, biológico,

psicológico e por influência da mídia e sociedade (De Marchi, Baratto, 2018).

Por sua vez, a ortorexia nervosa (ON) é tratada como uma desordem alimentar nova e ainda não é reconhecida pelo Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - IV (DSM IV) (Pontes, Montagner, Montagner, 2014).

A palavra ortorexia nervosa deriva do grego: orthos, que significa correto e orexis, apetite (Silva, Fernandes, 2020).

A ON é caracterizada por um comportamento obsessivamente saudável, em que há características como fixação por alimentos que são rotulados saudáveis, dedicação de mais de três horas por dia à alimentação e tudo que lhe envolve, ocorre a exclusão de corantes, conservantes, pesticidas, gorduras, organismos geneticamente modificados e derivados, sal e açúcar da sua dieta (Souza, Rodrigues, 2014).

Assim, os ortorexicos consomem apenas alimentos que mantenham o corpo em bom funcionamento e que dessa forma libertem o corpo e a mente de impurezas (Silva, Fernandes, 2020).

Na ON, a quantidade de alimentos ingerida não é tão importante, e se tem como foco a qualidade do que está sendo ingerido. Essa preocupação envolve a perda de massa corporal e a imagem corporal assim como na anorexia nervosa e na bulimia nervosa. Muitas vezes as atitudes dos ortorexicos são vistas como corretas por quem as práticas e pelas pessoas que estão a volta do praticante, e isso dificulta o seu diagnóstico (Silva, Fernandes, 2020).

De acordo com Silva e Fernandes (2020), no início as restrições objetivam a melhora na saúde, tratamento de uma enfermidade ou perda de massa corpórea, mas a dieta passa a ser o ponto central da vida. Esse tipo de comportamento se relaciona com o afastamento social e um desapareço em relação a indivíduos que não seguem o mesmo estilo de vida.

O tempo dedicado entre planejamento, aquisição, preparação e o consumo das refeições no dia a dia passa a ser surpreendente. Muitas vezes, as características de personalidade destes indivíduos são acompanhadas de perfeccionismo e ansiedade, não permitindo nenhum tipo de escape da dieta, prezando sempre por uma rígida restrição e excesso de autocontrole.

Essas dietas restritivas podem ter como consequência o desenvolvimento de carências nutricionais, como anemia, hipovitaminoses, osteoporose e desnutrição (Silva, Fernandes, 2020).

Sujeitos com ON tendem a impor suas convicções alimentares às pessoas que estão ao seu redor, e se caso perceberem que não estão sendo aceitos, se fecham e podem passar a ter conflitos e dificuldades em seus relacionamentos pessoais.

Dessa forma, a vida dos ortorexícos é dominada por esforços para resistir à tentação e não consumir alimentos que não consideram saudáveis, e assim essas pessoas podem alcançar um nível de carência nutricional preocupante devido a exclusão de nutrientes importantes, podendo prejudicar o sistema imunológico (Cavero e colaboradores, 2015).

Os estudantes, profissionais da área da saúde e praticantes de esportes são grupos predispostos ao desenvolvimento da ON, muitas vezes devido ao fato da autocobrança para seguir de forma rígida hábitos saudáveis, para assim se tornarem exemplos de imagem para o seu público. Estudantes pertencentes a esse grupo e que apresentam algum tipo de distúrbio da imagem corporal podem ter como resultado más influências nas práticas profissionais do futuro.

Além disso, o desenvolvimento da ON se relaciona diretamente com o aparecimento de outros distúrbios alimentares (Silva, Fernandes, 2020).

Diante do exposto, o presente estudo objetivou identificar prevalência de comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de ON, um comportamento recentemente abordado e ainda pouco estudado, em acadêmicos do curso de nutrição.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo quantitativo e transversal, teve aprovação no comitê de ética em pesquisa sob o parecer CAAE nº 44730821.9.0000.0107.

Participaram da pesquisa 61 acadêmicos regularmente matriculados no curso de nutrição da Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE), localizada no município de Francisco Beltrão-PR, no ano de 2021, de ambos os gêneros, com idade igual ou superior a 18 anos.

Os alunos foram convidados a participar da pesquisa através de um

questionário online, elaborado no Formulário do Google, devido a limitação de contato pessoal que a atual pandemia impôs, com acesso ao termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e aqueles que aceitaram participar preencheram no mesmo a sua concordância. O questionário foi dividido em duas partes.

A primeira parte teve como objetivo abordar informações como idade, local de moradia, gênero, renda familiar, medidas antropométricas autorreferidas, sendo essas o peso (kg) e altura (m) para o cálculo e determinação do Índice de Massa Corporal (IMC) e patologias autorreferidas. Dados autorreferidos são usuais em estudos epidemiológicos, pois se mostram válidos e com facilidade de se obter informação, e viáveis por serem livres de custos (Thomaz, Silva, Costa, 2013; Peixoto, Benício, Jardim, 2006).

A partir dos dados referidos pelos participantes, peso (kg) e altura (m), foi calculado o IMC e realizada a classificação do estado nutricional. A classificação teve como pontos de corte os dados segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) magreza grau I de 17 a 18,4 kg/m²; eutrofia de 18,5 a 24,9 kg/m²; sobrepeso de 25 a 29,9 kg/m²; obesidade grau I de 30 a 34,9 kg/m², obesidade grau II de 34,9 a 39,9 kg/m² e obesidade grau III acima de 40 kg/m² (Mussoi, 2014).

A segunda parte do questionário teve como objetivo avaliar a prevalência de comportamento de risco para desenvolvimento de ON, através do Orto-15, traduzido e adaptado para a população brasileira (Donini e colaboradores, 2005; Pontes; Montagner; Montagner, 2014).

O questionário Orto-15 é composto por 15 questões, com quatro opções de respostas, sendo elas: sempre, muitas vezes, algumas vezes e nunca. Cada questão possui um peso, variando entre 1 para comportamentos relacionados à ON até 4 para comportamentos mais saudáveis e ao final, na somatória dos valores, identifica-se se há ou não um comportamento de risco para o desenvolvimento da ON, considerado como ponto de corte <40, pontuação indicada pelos autores para ser utilizada em estudos populacionais (Pontes, Montagner, Montagner, 2014).

Foram incluídos no estudo alunos de ambos os gêneros, com idade igual ou superior a 18 anos, regularmente matriculados no curso de nutrição da Unioeste e excluídos aqueles

que se negaram a responder os dados de avaliação antropométrica autorreferidos (peso e altura), os que não preencheram corretamente todo o questionário do estudo, alunos do curso de nutrição de outras instituições de ensino e alunos do curso de nutrição da Unioeste com menos de 18 anos.

A amostra inicial consistiu-se em 72 alunos, no entanto 61 questionários foram respondidos de maneira completa e adequada e 11 questionários foram respondidos mais de uma vez pelo mesmo acadêmico, sendo estes descartados. Os dados obtidos referentes à idade, série cursada, renda, IMC e risco de desenvolvimento de ON foram tabulados e analisados estatisticamente no programa Excel®, através de valores de média e desvio padrão.

Os dados foram tabulados no programa Excel e analisados com o auxílio do programa de estatística Statistical Package for the Social Science (SPSS) versão 19. Para verificar a normalidade da amostra, foi realizado o teste de Shapiro-Wilk e as variáveis risco de desenvolvimento de ON, idade, série cursada, renda e IMC seguiram a distribuição não normal. Para verificar o grau de correlação da pontuação no questionário Orto-15 com cada uma das outras variáveis, foi aplicado o coeficiente de correlação de Spearman e considerados significativos os valores que apresentaram $p < 0,05$.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa 61 acadêmicos do curso de Nutrição do primeiro ao último ano, de ambos os gêneros, com idade entre 18 e 50 anos, sendo a idade média de 23 anos ($dp=6,68$).

Desse grupo, 95,1% ($n=58$) são indivíduos do gênero feminino e 4,9% ($n=3$) do gênero masculino.

Em relação a frequência de exercício físico física, 41% ($n=25$) dos estudantes praticam, de 2 a 3 vezes na semana, seguido

de 36,1% ($n=22$) que não realizam exercício físico, 21,3% ($n=13$) que realizam de 4 a 5 vezes na semana e 1,6% ($n=1$) praticam 6 ou mais vezes na semana.

Dos acadêmicos, 86,9% ($n=53$) residem na área urbana e 13,1% ($n=8$) na área rural. Já em relação a renda familiar, 37,7% ($n=23$) dos acadêmicos têm renda de 3 a 6 salários-mínimos, seguido de 32,8% ($n=20$) com renda de 1 a 3 salários-mínimos, em seguida 16,4% ($n=10$) de 6 a 9 salários-mínimos e 13,1% ($n=8$) de 9 a 12 salários-mínimos.

Quanto às patologias 64% ($n=39$) relataram não possuir nenhuma patologia, seguido de 10% ($n=6$) que possuem algum tipo de doença respiratória, 8,2% ($n=5$) possuem hipotireoidismo, 4,9% ($n=3$) possuem obesidade, 4,9% ($n=3$) possuem esclerose múltipla, 1,6% ($n=1$) possuem diabetes mellitus, 1,6% ($n=1$) síndrome do ovário policístico (SOP), 1,6% ($n=1$) síndrome de Asperger, 1,6% ($n=1$) intolerância ao glúten e 1,6% ($n=1$) epilepsia.

Considerando o estado nutricional de acordo com o IMC, o IMC médio foi de 22,18 kg/m^2 ($dp=3,18$) e foi observado que 75,41% ($n=46$) dos acadêmicos estão em eutrofia, 13,11% ($n=8$) em magreza grau I, seguido de 6,56% ($n=4$) em sobrepeso e 4,92% ($n=3$) em obesidade grau I, todos classificados como adultos.

Entre os participantes do estudo, 44,26% ($n=27$ e $dp=3,30$) apresentaram comportamento de risco para ON, no entanto nenhuma das outras variáveis analisadas (idade, série, renda e IMC) se correlacionou com a pontuação do Orto-15.

O comportamento de risco para o desenvolvimento de ON foi predominante em indivíduos dos anos iniciais do curso como mostra a Tabela 1, especialmente entre as mulheres, uma vez que esse é o gênero predominante dos indivíduos matriculados no curso.

Tabela 1 - Distribuição dos alunos segundo comportamento ortorexico e ano cursado.

Comportamento ortoréxico	1º ano	2º ano	3º ano	4º ano
Sim	5	11	5	6
Não	6	4	8	16
Total	11	15	13	22

Ao relacionar os valores de IMC com a presença de risco para ortorexia nervosa, é possível verificar uma maior prevalência em

indivíduos eutróficos e nos anos iniciais do curso, como demonstrado na Figura 1.

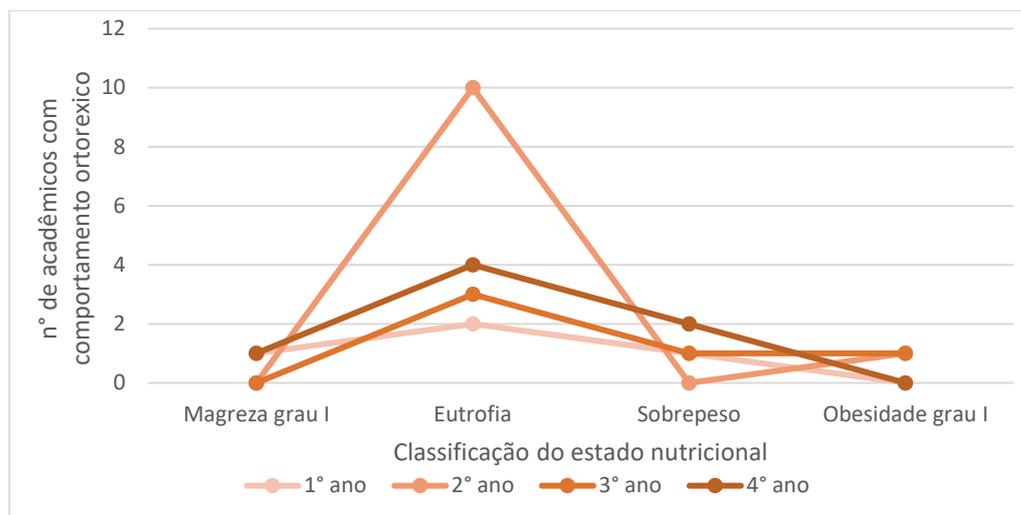


Figura 1 - Distribuição dos acadêmicos com comportamento ortorexico de acordo com o estado nutricional.

Em relação ao gênero e ortorexia nervosa, observou-se predominância de risco para comportamento ortorexico no gênero feminino, sendo 96,29% (n=26), enquanto no gênero masculino foi de 3,71% (n=1).

Porém, é necessário frisar que mulheres correspondem a 95,1% (n=58) dos participantes da pesquisa.

Com relação às patologias autorreferidas, o risco para o comportamento

ortorexico foi maior em indivíduos com patologias quando comparado com indivíduos sem patologias, correspondendo a 59,25% (n=16) do grupo de risco.

Considerando a prática de atividade física, a prevalência de risco de ON foi maior em indivíduos que realizam exercício físico em uma frequência moderada como indica a Tabela 2, representando 53% do total.

Tabela 2 - Distribuição da prevalência de comportamento ortorexico de acordo com a prática de atividade física.

Comportamento ortoréxico	Sedentário	Frequência leve	Frequência moderada	Frequência alta
Sim	9	11	7	0
Não	13	14	6	1
Total	22	25	13	1

DISCUSSÃO

De acordo com Silva e Fernandes (2020), as restrições alimentares inicialmente objetivam a melhora na saúde, tratamento de uma enfermidade ou perda de massa corpórea, mas a dieta passa a ser o ponto central da vida do indivíduo, podendo se tornar algo patológico.

Esse tipo de comportamento se relaciona com o afastamento social e um desapareço em relação à indivíduos que não seguem o mesmo estilo de vida.

Souza e Rodrigues (2014), realizaram um estudo em São Paulo, com acadêmicos do curso de nutrição e 88,7 % (n=113) dos

indivíduos apresentaram comportamento de risco para ON.

Um estudo realizado por Plichta e Jezewska-Zychowicz (2020) com uma amostra de 1120 estudantes universitários poloneses, considerando idade de corte de 35 anos, observou tendência do desenvolvimento de ON em 38,3% da amostra estudada.

Na pesquisa de Penaforte e colaboradores (2018), 87,0% dos participantes apresentaram comportamento alimentar com risco ao desenvolvimento de ON.

Em um estudo realizado por Mancuso e Silva (2011) foi constatado que os estudantes do primeiro período apresentaram um maior comportamento de risco para ortorexia, de

87,5%, quando comparado com os do sétimo período, de 25%.

Isso pode ocorrer devido às expectativas e idealização pessoais dos próprios alunos ao entrarem no curso e ao pouco conhecimento adquirido nesse período.

Os dados corroboram com os da presente pesquisa, onde alunos do primeiro e segundo ano apresentaram comportamento de risco de 45,45% (n=5) e 73,33% (n=11), respectivamente, sendo um risco maior quando comparados ao último ano, que obteve um percentual de 27,27% (n=6).

Em contrapartida Penaforte e colaboradores (2018), ao relacionar comportamento alimentar com tendência para ON e período cursado, não encontraram nenhuma associação significativa.

Assim como Souza e Rodrigues (2014), que notaram que o comportamento está presente no grupo estudado independente de qual série está sendo cursada, trazendo reflexões de que o comportamento ortorexico pode estar presente antes do início do curso.

Segundo Rocha e colaboradores (2015) um fator importante para o desenvolvimento de ON é o conhecimento sobre a nutrição, por isso, estudantes de nutrição fazem parte de um grupo suscetível a desenvolver ortorexia, justamente por esse maior conhecimento.

Pontes (2012), observou uma relação entre ON e idade, destacando que quanto menor a idade, menor a chance de desenvolver ON, em um grupo de indivíduos com variação de idade entre 16 e 56 anos, sendo 23 anos a idade média, enquanto no estudo de Vital e colaboradores (2017) não houve associação entre idade e comportamento ortorexico.

Vital e colaboradores (2017) constataram que o gênero com maior risco para desenvolvimento de ON foi o masculino (88%), enquanto o feminino apresentou risco de 73,3% e em sua análise estatística não houve associação entre ortorexia e gênero.

Ao relacionar o gênero e o comportamento ortorexico nesse estudo, indivíduos do sexo feminino apresentaram maior risco de desenvolver ON, no entanto é necessário considerar as mulheres são a maioria no curso de nutrição e como participantes desta pesquisa, em relação aos homens.

Em relação ao estado nutricional, foi possível verificar a predominância para indivíduos com excesso de peso. Um estudo

realizado por Marchi e Baratto (2018), verificou que estudantes com comportamento ortorexico possuíam um IMC menor.

Já Souza e Rodrigues (2014), ao observar o estado nutricional e risco de ortorexia, constatou a inexistência de associação.

Em outro estudo, de Penaforte e colaboradores (2018), houve associação significativa com o estado nutricional, em que estudantes com excesso de peso se encontram entre aqueles com um comportamento alimentar de risco para ON.

Isso demonstra que a obsessão por uma alimentação saudável pode acometer indivíduos com diferentes diagnósticos nutricionais de IMC.

Nesse estudo, praticantes de exercícios físicos de duas a três vezes na semana demonstraram possuir comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de ON, corroborando com a pesquisa de Marchi e Baratto (2018), onde a prática de exercício físico apresentou correlação com a ON.

Ainda, Luna e Belmonte (2016), ao realizar uma pesquisa bibliográfica determinaram que há uma alta incidência de ON e até mesmo outros distúrbios em indivíduos que praticam excesso de atividade física.

Marchi e Baratto (2018), na sua pesquisa não encontraram relação entre renda e comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de ortorexia nervosa. Nessa pesquisa, o comportamento alimentar de risco foi predominante em indivíduos com renda entre 3 e 6 salários-mínimos.

Pensando no local de moradia dos participantes, os que residem na área urbana apresentaram maior comportamento alimentar com risco. E em relação as patologias, indivíduos com patologias demonstraram possuir maior comportamento de risco para desenvolvimento para ON.

Este estudo possui algumas limitações que devem ser consideradas na interpretação dos dados, como por exemplo os pontos de corte adotados e algumas perguntas do instrumento utilizado para avaliar a ON, que podem levar há equívocos, fazendo com que indivíduos com consciência da importância de uma alimentação saudável, que adotem alguma ideologia alimentar específica, ou que estão passando por algum tipo de dieta restritiva por um curto período sejam identificados com comportamento alimentar de

risco para o desenvolvimento de ON, podendo induzir à diferentes interpretações.

Apesar disso, é necessário considerar que essas alterações no comportamento alimentar merecem atenção, em relação aos critérios de diagnósticos utilizados e aos fatores que estão associados a ortorexia. Por isso, esse estudo mostra-se importante, pois contribui com a literatura sobre a ON e expande conhecimentos.

O Orto-15 é uma ferramenta viável para o nutricionista, mas ainda apresenta algumas limitações e não deve ser avaliada individualmente, além disso, muitas vezes é necessária uma equipe multiprofissional para trabalhar com pacientes com comportamento ortoréxico. A ferramenta pode ser aplicada em todos os públicos, sendo importante especialmente para avaliar os grupos de risco que devem receber um atendimento nutricional completo.

CONCLUSÃO

A ortorexia nervosa é uma alteração no comportamento alimentar ainda não considerada como transtorno alimentar, em que ocorre uma preocupação exagerada com a alimentação saudável.

Podendo ocorrer por consequência patológica, quando é necessário ter cuidados com a alimentação devido a presença de alguma patologia, ou não patológica, quando o objetivo é apenas possuir uma alimentação saudável.

Se não for diagnosticada, essa desordem alimentar pode acarretar problemas sérios de saúde física e psicológica, considerando que muitas vezes a ortorexia vem acompanhada de outros problemas psicológicos, como distúrbios de imagem corporal, entre outros.

Concluiu-se que, embora não houve correlação entre o comportamento ortoréxico e as outras variáveis analisadas, 44,26% dos acadêmicos apresentaram prevalência para o comportamento ortorexico, especialmente mulheres matriculadas no curso de nutrição.

De forma geral, o risco de desenvolvimento de ON se mostrou maior em pessoas de 18 a 22 anos, residentes da área urbana, eutróficos, praticantes de atividade física de 2 a 3 vezes na semana, com alguma patologia autorreferida e renda variando entre 3 e 6 salários-mínimos.

É inegável e necessário ponderar que os estudantes de nutrição fazem parte de uma população em risco para a tendência de comportamentos ortorexicos.

Isso demonstra como é necessário ressaltar os conhecimentos que abrangem todo o contexto sobre “alimentação saudável” durante a graduação, pois profissionais nutricionistas que não conseguem estabelecer uma relação adequada com a alimentação, dificilmente conseguirá de fato auxiliar seus pacientes através de um olhar que vá além da biologia, um processo que necessita também do envolvimento de fatores culturais, sociais e psicológicos, e isso pode comprometer todo o cuidado e aconselhamento como profissional nutricionista.

Por esse motivo, é uma alteração comportamental que não deve ser negligenciada e merece atenção.

É necessário que ocorra uma maior divulgação sobre o tema, para que assim surjam maiores investigações, visto que é um assunto pouco conhecido e comentado, com potencial patológico e com consequências consideradas sérias, considerando que pode acarretar problemas que vão além do contexto psicossocial, como também risco nutricional.

CONFLITOS DE INTERESSES

Não há conflitos de interesses.

REFERÊNCIAS

- 1-Cavero, V.; Iodwig, C.; Lulli, G.; Tejada, R. La ortorexia: Un nuevo reto para los profesionales de la salud. Alan. Caracas. Vol. 65. Num. 2015. p. 199.
- 2-Coelho, G. C.; Troglia, G. M.; Hammes, L.; Galvão, T. D.; Cyrino, L. A. R. As consequências físicas, psíquicas e sociais em indivíduos com ortorexia nervosa. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 10. Num. 57. 2016. p. 160-168.
- 3-De Marchi, P.; Baratto, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de Nutrição em uma Instituição de Ensino Superior no sudoeste do Paraná. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 12. Num. 74. 2018. p. 699-706.

4-Donini, L. M.; Marsili, D.; Graziani, M. P.; Imbriale, M.; Cannella, C. Orthorexia nervosa: validation of a diagnosis questionnaire. *Eat Weight Disord.* Vol. 10. Num. 2. 2005. p. 28-32.

5-Luna, C.A.; Belmonte, T.S.A. Ortorexia nervosa: um desafio para o nutrólogo. *International Journal of Nutrology.* Vol. 9. Núm. 1. 2016. p.128-139.

6-Mancuso, A. M. C.; Silva, M. E. W. Percepção e expectativas dos alunos ingressantes no curso de nutrição. *Revista Cultura e Extensão Usp, São Paulo.* Vol. 8. 2011. p. 79-95.

7-Mussoi, T. D. Avaliação Nutricional na Prática Clínica: da gestação ao envelhecimento. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan. 2014.

8-Peixoto, M. R. G.; Benício, M. H. D'A.; Jardim, P. C. B. V. Validade do peso e da altura autorreferidos: o estudo de Goiânia. *Revista de Saúde Pública.* Vol. 40. Num. 6. 2006. p. 1065-1072.

9-Penaforte, F. R. O.; Barroso, S. M.; Araújo, M. E.; Japur, C. C. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. *J. bras. psiquiatr.* Vol. 67. Num. 1. 2018. p. 18-24.

10-Plichta, M.; Jezewska-Zychowicz, M. Orthorexic Tendency and eating disorders symptoms in polish students: Examining Differences in Eating Behaviors. *Nutrients.* Vol. 12. Num. 1. 2020. p. 218.

11-Pontes, J. B. Ortorexia em estudantes de nutrição: a hipercorreção incorporada ao habitus profissional? Dissertação de Mestrado em Ciências da Saúde. Universidade de Brasília. Brasília. 2012.

12-Pontes, J. B.; Montagner, M. I.; Montagner, M. A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do Orto-15. *Rev. Demetra: alimentação, nutrição & Saúde.* Vol. 9. Num. 2. 2014. p. 533-548.

13-Rocha, M. A. P.; Barthuchoto, M.; Lopes, J. E.; Costa, K. Ortorexia: uma compulsão por alimentos saudáveis. *Nutr Bras.* Vol. 14. Num. 1. 2015.

14-Silva, M. R. D.; Fernandes, P. L. Presença de ortorexia nervosa em estudante de

Educação Física e Nutrição. *Colloquium Vitae.* Vol. 12. Num. 1. 2020. p. 45-51.

15-Souza, Q. J. O. V. D.; Rodrigues, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *J. bras. psiquiatr.* Vol. 63. Num. 3. 2014. p. 200-204.

16-Thomaz, P. M. D.; Silva, E. F.; Costa, T. H. M. Validade de peso, altura e índice de massa corporal autorreferidos na população adulta de Brasília. *Revista Brasileira de Epidemiologia.* Vol. 16. Num. 1. 2013. p. 157-169.

17-Vital, A. N. S.; Silva, A. B. A.; Silva, E. I. G.; Messias, C. M. B. O. Risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes universitários. *Saúde e Pesquisa.* Vol. 10. Num. 1. 2017. p. 83-89.

E-mail dos autores:

natalia.bergonziabc@gmail.com

marinamassarollo@yahoo.com.br

Autor para correspondência

Natalia Bergonzi,

natalia.bergonziabc@gmail.com

R. Graciliano Ramos, 238.

Novo Mundo, Francisco Beltrão, Paraná, Brasil.

Recebido para publicação em 23/11/2021

Aceito em 29/12/2021