

COMPORTAMENTO ALIMENTAR, ESTADO NUTRICIONAL E INSATISFAÇÃO CORPORAL DE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDEKeterli Goes do Prado¹, Fernanda Scherer Adami¹, Juliana Paula Bruch-Bertani¹**RESUMO**

Introdução: Os índices de insatisfação com a imagem corporal e o crescente aumento das taxas de transtornos alimentares (TA) se mostram crescentes em consequência aos padrões de beleza impostos pela sociedade. Além disso, o estado nutricional pode estar diretamente associado a presença de risco para desenvolvimento de TA. Objetivo: Avaliar o comportamento alimentar e verificar sua associação com o estado nutricional e insatisfação corporal de estudantes universitários da área da saúde. Materiais e métodos: Estudo transversal quantitativo, a partir da aplicação online do questionário EAT-26, o qual avalia o risco de desenvolvimento de TA e a Escala de Silhuetas, além dos dados de peso e altura para avaliação do estado nutricional. Resultados: Foram avaliados 223 universitários da área da saúde, sendo 88,8% do sexo feminino, com idade média de $23,6 \pm 5,1$ anos. Verificou-se que 63,7% dos universitários não apresentam risco para TA. A prevalência de universitários insatisfeitos pelo excesso de peso foi de 61,9% e de insatisfação por magreza 3,6%. Em relação ao estado nutricional, 70% se encontram em eutrofia, entretanto, verificou-se um percentual relevante de 26% de excesso de peso. Houve associação significativa com o risco para o desenvolvimento de TA e insatisfação corporal nos estudantes em excesso de peso. Conclusão: Foi observado associação entre a presença de risco para TA e insatisfação corporal com o estado nutricional dos universitários. Desta forma, ressalta-se a importância da adoção de práticas educativas de comportamento alimentar nesta amostra, possibilitando a redução do risco de TA e suas complicações.

Palavras-chave: Comportamento alimentar. Imagem corporal. Estado nutricional.

E-mails dos autores:
keterlipradok@gmail.com
fernandascherer@univates.br
julianabruch@gmail.com

ABSTRACT

Food behavior, nutritional status and body dissatisfaction of university students in the health area

Introduction: The dissatisfaction indices with the body image and the continuous increase of the eating disorders rates (ED) reveal rising in consequence of the beauty standards imposed by society. In addition, the nutritional status might be directly associated with the presence of ED development risk. Objective: To evaluate the eating behaviour and verify its association with the nutritional status and body dissatisfaction of university students in the health area. Materials and methods: Quantitative cross-sectional study from online application of the questionnaire EAT-26, which evaluates the ED development risk and the Silhouette Scales, as well as weight and height data for the nutritional status evaluation. Results: 223 university students were evaluated in the health area, being 88,8% female members, with an average age of $23,6 \pm 5,1$ years old. It was verified that 63,7% of the university students have not submitted ED risk. The prevalence of dissatisfied university students by overweight was 61,9% and by thinness dissatisfaction 3,6%. Related to the nutritional status, 70% are in the eutrophia, however, it is verified a relevant percentage of 26% of overweight. There was a significant association with ED development risk and body dissatisfaction in students with overweight. Conclusion: It was observed the association between the presence of ED risk and body dissatisfaction with university students' nutritional status. Therefore, the importance of the adoption of eating behaviour educational practices in this sample must be stressed, allowing the ED risk reduction and its complications.

Key words: Eating behaviour. Body image. Nutritional status.

1 - Universidade do Vale do Taquari - UNIVATES, Lajeado-RS, Brasil.

INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar é moldado por mecanismos biológicos intrínsecos, fatores sociais e ambientais (Alvarenga e colaboradores, 2019).

Desta forma, é necessário que a alimentação seja harmônica em relação a qualidade e quantidade de alimentos ingeridos, considerando assim, os princípios da diversidade, equilíbrio, moderação e bem-estar (Brasil, 2014).

O arquétipo sociocultural contemporâneo demonstra os altos índices de insatisfação com a imagem corporal e o crescente aumento das taxas de transtornos alimentares (TA) na população em consequência, aos padrões de beleza impostos pela sociedade, os quais enfatizam excessivamente a magreza, músculos volumosos e definidos (Catão e Tavares, 2020).

A nutrição comportamental defende a valorização de dietas intuitivas e desencoraja a adesão de dietas restritivas, promovendo desta forma uma alimentação mais adequada e melhor autopercepção dos alimentos (Job e Oliveira, 2019).

Além disso, a presença do excesso de peso e obesidade podem estar diretamente relacionados ao comportamento alimentar a partir de fatores ambientais, sociais, psicológicos, dentre outros.

O ambiente da sociedade atual, institui uma forma corporal perfeita e produz fatores de risco que afetam a saúde física e mental.

Para atingir esses padrões de beleza impostos, os indivíduos recorrem a comportamentos perigosos para a saúde, como a prática de dieta extremistas, exercício físico rigoroso e comportamentos compensatórios como vômito induzido, uso abusivo de laxante e diuréticos (Catão e Tavares, 2020).

Desta forma, os índices de TA aumentaram drasticamente nos últimos anos, em paralelo se eleva também os índices de distúrbios de imagem e insatisfação corporal na sociedade (Araujo e colaboradores, 2018).

A insatisfação com a imagem corporal promove baixa autoestima, que em muitos casos podem desencadear desordens psicológicas (Sharpe e colaboradores, 2017), pois aqueles que não alcançam o padrão corporal, acabam sofrendo, levando a quadros de depressão, ansiedade, transtorno de humor e outros transtornos psicopatológicos (Alves e colaboradores, 2009).

Segundo Viana (2002) os padrões de comportamento alimentar podem ser classificados como estilos alimentares.

Desta forma, sugere-se que existem três dimensões desses estilos, sendo eles o emocional, que retrata quando o indivíduo come em resposta a emoções negativas, a restritiva, quando a restrição alimentar é consciente a fim de alcançar determinado peso corporal e a externa, que ocorre quando a ingestão é em resposta aos aspectos dos alimentos.

A autopercepção do peso corporal é um fator importante, pois pode refletir descontentamento e preocupações do indivíduo quanto ao seu tamanho e forma corporal (Henn e colaboradores, 2019).

Essa distorção de imagem pode fazer com que adolescentes e adultos recorram a hábitos inapropriados de controle de peso, que causam risco para a saúde, com consequente ingestão inadequada de energia e nutrientes (Eisenberg e colaboradores, 2005; Neutzling e colaboradores, 2007).

Vale ressaltar que os universitários se caracterizam como grupo de risco para o desenvolvimento de comportamentos alimentares desequilibrados e distorções da percepção da imagem corporal, em especial por apresentarem grandes mudanças de rotina, transformações biológicas da vida adulta, independência e, nova convivência grupal com o acesso à universidade, instituindo adoção de comportamentos moldados através da apreensão com a imagem corporal (Silva e colaboradores, 2019).

Desta forma, este estudo tem como objetivo avaliar o comportamento alimentar e verificar sua associação com o estado nutricional e insatisfação corporal de estudantes universitários da área da saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se um estudo transversal quantitativo de caráter exploratório descritivo, com estudantes universitários de ambos os sexos, com idade entre 18 e 60 anos, matriculados em cursos da área da saúde de uma Universidade privada do Rio Grande do Sul, no período de agosto a setembro de 2021.

A coleta de dados se deu de forma online, pela ferramenta google forms. Após assinatura digital do consentimento livre e esclarecido (TCLE), os alunos obtiveram acesso ao questionário Eating Attitudes Test

(EAT-26, Escala de Silhuetas e dados gerais para preenchimento, como idade, sexo, curso, peso e altura autor referidos).

Para avaliação do comportamento de risco para TA foi utilizado o questionário EAT-26, validado no Brasil por Bighetti (2003).

Se trata de um instrumento de autorrelato, destinado para avaliar e identificar padrões alimentares anormais, sendo também útil no acompanhamento de casos clínicos.

O EAT-26 é composto por 26 questões, agrupadas em diferentes aspectos do comportamento alimentar (escala de dieta, escala de bulimia, preocupação com os alimentos e escala de controle oral), com seis opções de resposta, sendo elas: sempre, muito frequente, frequentemente, algumas vezes, raramente e nunca, que pontuam de zero a três pontos.

A pontuação final do questionário pode variar de 0 a 78, sendo que indivíduos que somarem 21 pontos ou mais apresentam comportamento alimentar de risco para o desenvolvimento de TA (Garner, Olmsted e Garfinkel, 1982).

Para avaliar a percepção da imagem corporal foi aplicado a Escala de Silhuetas proposta por Stunkard e colaboradores (1983), sendo caracterizada por ilustrações de figuras humanas.

A Escala é formada por 9 silhuetas do sexo masculino e 9 silhuetas do sexo feminino, que se diversificam do peso corporal magro ao obeso, mantendo a altura estável. A aplicação consistiu na escolha da figura que mais se aproxima da aparência atual e a do corpo ideal do estudante.

Para caracterizar o grau de insatisfação corporal é subtraída a imagem indicada pelo sujeito como real pela ideal, sendo que a diferença igual a zero, indica satisfação com a imagem corporal e quando diferente de zero insatisfação, sendo valores positivos, insatisfação por excesso de peso e negativos, insatisfação por magreza (Martins e colaboradores, 2012; Kakeshita e Almeida 2006).

Para avaliar o estado nutricional dos estudantes, foi coletado dados autorreferidos de peso e altura para posteriormente cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) que foi obtido a partir da divisão do peso (em Kg) pela altura (em metros) elevada ao quadrado. O resultado

foi interpretado conforme recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS, 1995) para adultos, e para adolescentes o estado nutricional foi classificado através das curvas escore z, considerando IMC/Idade, estabelecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2007), conforme sexo e idade. As medidas autorreferidas são válidas e usuais em estudos epidemiológicos, uma vez que facilita a obtenção desses dados, isentando-se de qualquer custo e risco.

Para a análise estatística os dados foram analisados através do software Epi Info 7.2 e os resultados foram escritos como média \pm DP para as variáveis quantitativas, e como frequências e percentuais para as variáveis qualitativas.

A avaliação das diferenças entre as variáveis quantitativas foi analisada com teste t ou Mann-Whitney conforme distribuição Gaussiana. Para as variáveis qualitativas, utilizou-se o teste do qui quadrado (χ^2) ou teste exato de Fisher quando adequado. Os resultados foram considerados significativos a um nível de significância máximo de 5% ($p < 0,05$).

O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob número de parecer 4.911.923 e CAAE 49953821.0.0000.5310.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 223 universitários da área da saúde, sendo a maioria do sexo feminino, com média de idade de $23,6 \pm 5,1$ anos. A média de IMC entre os estudantes foi de $23,3 \pm 3,6$ kg/m², altura $1,7 \pm 0,1$ m e peso $64,7 \pm 11,7$ kg.

De acordo com o questionário EAT-26, verificou-se que a maior parte dos universitários não apresentam risco para TA. Foi possível verificar ainda, por meio da Escala de Silhuetas, que a maioria das participantes apresentou insatisfação com a imagem corporal.

Do total, 4,0 % (n=9) não responderam o questionário da Escala de Silhueta. Quanto ao estado nutricional, maioria dos universitários encontram-se em eutrofia, entretanto, se verifica um percentual relevante de 26% (n=58) de sobrepeso (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização dos universitários da área da saúde de uma Universidade privada do Rio Grande do Sul.

Variável	Categoria	Frequência	%
Sexo	Feminino	198	88,8
Curso	Nutrição	38	17,0
	Odontologia	14	6,3
	Medicina	50	22,4
	Educação física	10	4,5
	Estética	13	5,8
	Gastronomia	3	1,3
	Fisioterapia	2	0,90
	Psicologia	29	13,0
	Biologia	3	1,3
	Estado Nutricional	Magreza grau I	9
Eutrófico		156	70,0
Sobrepeso		48	21,5
Obesidade grau I		7	3,1
Obesidade grau II		3	1,3
Risco para Transtorno Alimentar	Ausência	142	63,7
	Presença	81	36,3
	Ausência	68	30,5
Insatisfação Corporal	Insatisfeito por magreza	8	3,6
	Insatisfeito pelo excesso de peso	138	61,9
	Não Conforme	9	4,0

Na tabela 3 verifica-se associação significativa entre a presença de risco para TA

em estudantes com estado nutricional de sobrepeso e obesidade.

Tabela 2 - Associação entre o estado nutricional e sexo com risco de Transtorno Alimentar em universitários da área da saúde de uma Universidade privada do Rio Grande do Sul.

Variável	Categoria	Risco TA				p
		Sem risco		Com risco		
		n	%	n	%	
Estado Nutricional	Eutrofia	110	77,5	46	56,8	0,001
	Magreza	7	4,9	2	2,5	
	Sobrepeso/Obesidade	25	17,6	33	40,7	
Sexo	Feminino	125	88,0	73	90,1	0,826
	Masculino	17	12,0	8	9,9	

Ao analisar a insatisfação corporal, observou-se uma associação significativa com o estado nutricional, onde estudantes eutróficos estão associados às categorias satisfeito e insatisfeito por magreza e indivíduos

classificados com magreza foram associados a satisfação corporal.

Ainda, indivíduos classificados com sobrepeso/obesidade foram associados à insatisfação pelo excesso de peso. Em relação ao gênero, verificou-se diferença significativa

entre o sexo masculino e insatisfação por magreza. Além disso, também foi observado associação entre a presença de risco para TA

e insatisfação corporal pelo excesso de peso (Tabela 4).

Tabela 3 - Associação de Insatisfação Corporal de universitários da área da saúde de uma Universidade privada do Rio Grande do Sul.

Variável	Categoria	Insatisfação corporal				Insatisfeito por magreza		p
		Insatisfeito pelo excesso de peso		Satisfeito		n	%	
Idade	> 20	22	15,9	9	13,2	3	37,5	0,648
	20 - 25	78	56,5	42	61,8	5	62,5	
	26 - 30	26	18,8	11	16,2	-	-	
	> 30	12	8,7	6	8,8	-	-	
Estado Nutricional	Eutrofia	79	57,2	62	91,2	8	100,0	0,000
	Magreza	3	2,2	6	8,8	-	-	
	Sobrepeso/Obesidade	56	40,6	-	-	-	-	
Sexo	Feminino	122	88,4	64	94,1	4	50,0	0,005
	Masculino	16	11,6	4	5,9	4	50,0	
Risco para Transtorno Alimentar	Ausência	73	52,9	57	83,8	8	100,0	0,000
	Presença	65	47,1	11	16,2	-	-	

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo avaliar o comportamento alimentar e verificar sua associação com o estado nutricional e a insatisfação corporal de estudantes universitários da área da saúde.

Desta forma, verificou-se importantes análises para a presença de comportamentos de risco para TA e insatisfação corporal nos universitários, podendo desta forma, determinar algumas associações entre as variáveis estudadas.

A maioria dos universitários analisados neste estudo apresentam estado nutricional de eutrofia, corroborando com o estudo de Santos e colaboradores (2021) realizado em quatro universidades de uma capital do Nordeste brasileiro, sendo duas particulares e duas da rede pública, onde identificou que 63,6% dos estudantes apresentavam estado nutricional classificado em eutrofia.

Outro estudo, realizado em São Paulo, também apresentou resultados similares, foi avaliado 119 universitários da área da saúde e encontrado 71,4% com IMC adequado (Caram e Lazarine, 2013).

Manter o peso corporal adequado é importante, pois este, pode estar relacionado à

saúde do indivíduo, evitando o risco progressivo no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis associadas ao excesso de peso (Lopes e colaboradores, 2017).

Ao analisar a associação do estado nutricional e risco para TA, 77,5% dos universitários classificados em eutrofia não apresentaram risco para TA.

Resultado semelhante ao estudo realizado no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará, Brasil, onde verificou que os universitários que se encontravam em eutrofia (63,46%) apresentaram baixa prevalência de risco para TA (Maia e colaboradores, 2018).

Diferentemente do estudo de Kessler e Poll (2018), onde verificou-se maior presença de risco para TA nos estudantes com estado nutricional adequado.

No entanto, 36,3% dos universitários apresentaram risco para TA, resultados similares foram encontrados ao avaliar a relação entre atitudes alimentares anormais de 420 estudantes da cidade de São Paulo, onde os autores verificaram que 30% da amostra apresentou risco para o desenvolvimento de TA (O'Hara, Schulte e Thomas, 2016).

Corroborando com outro estudo realizado com acadêmicos da área da saúde, também da cidade de São Paulo, no qual verificou-se que 26% dos estudantes apresentaram risco para TA, através da mesma ferramenta de avaliação (EAT-26) (Almeida e colaboradores, 2016).

Os TA são distúrbios que causam graves danos biopsicossociais com elevada taxa de morbimortalidade na população. Estudos recentes revelam que a incidência de TA têm aumentado na população universitária, especialmente da área da saúde.

Os resultados obtidos podem ser explicados devido a maior imposição da sociedade sobre esses futuros profissionais, em que um corpo magro seria reflexo de saúde frente aos pacientes (Reis, Júnior e Pinho, 2014; Silva e colaboradores, 2018; Ruge e Pérez, 2017).

No presente estudo, verificou-se que 90,1% das mulheres apresentaram risco para TA. Em uma pesquisa realizada por Prado e colaboradores (2016), na cidade de Recife com 408 universitários identificou maior frequência (32,5%) de risco para TA em mulheres, assim como no estudo realizado com 300 universitários da área da saúde da Universidade Anhembi Morumbi, encontrando também maior prevalência (21,6%) de risco no sexo feminino (Almeida e colaboradores, 2016).

No estudo de Pina e colaboradores (2018) foram encontrados resultados diferentes, no qual os homens apresentaram maior prevalência (58%) para TA.

Apesar dos TA serem mais comuns nas mulheres, devido a influências que sofrem pelos modelos socialmente estabelecidos, os homens também merecem atenção para eventuais comportamentos alimentares disfuncionais, a fim de prevenir a prática de condutas deletérias à saúde (Batista e Oliveira, 2015; Pina e colaboradores, 2018).

Além disso, verificou-se associação entre insatisfação corporal pelo excesso de peso e risco para o desenvolvimento de TA, nos universitários avaliados.

Assim como na pesquisa de Santos e colaboradores (2021), em que os resultados foram semelhantes ao presente estudo. Em outro estudo ao relacionar a insatisfação corporal e atitudes de risco para TA, percebe-se que 87,75% das universitárias que apresentaram risco para TA também apresentaram algum grau de insatisfação corporal (Kessler e Poll, 2018).

A falta de equilíbrio entre a imagem e peso corporal podem promover uma imagem distorcida do conceito em saúde, fomentando assim comportamentos alimentares inadequados e conseqüentemente risco para o desenvolvimento de TA (Coelho, 2021).

Ainda em relação a insatisfação corporal, encontrou-se uma prevalência de 61,9% de insatisfação pelo excesso de peso entre os universitários deste estudo, sendo 88,4% do sexo feminino.

No estudo de Alves e colaboradores (2017) com universitários da área da saúde, onde verificou-se prevalência de 52,3% na insatisfação pelo excesso de peso, sendo 33,0% superior no sexo feminino.

Assim como, em estudo realizado com 856 universitários de uma instituição pública de ensino superior da cidade de Florianópolis, encontrou-se índice de insatisfação corporal de 77,9% na amostra, com maior percentual de mulheres insatisfeitas pelo excesso de peso (65,3%) e homens insatisfeitos por magreza (34,9%) (Marques e colaboradores, 2013), assim como neste estudo, onde 3,6% dos estudantes do sexo masculino eram insatisfeitos por magreza.

A insatisfação corporal pelo excesso de peso é o reflexo da influência dos padrões que exaltam o corpo magro, que é fortemente disseminado pela sociedade nos universitários da área da saúde (Martinez e colaboradores, 2019), em especial entre as mulheres, as quais idealizam um padrão de beleza que é fortemente propagado pela mídia e redes sociais, em que muitos casos, é inalcançável, podendo desta forma originar insatisfação e uma auto avaliação negativa irreal do seu próprio corpo (Martins e colaboradores, 2012).

Já a insatisfação corporal por magreza, repercute a forma que muitos homens buscam por um corpo musculoso e bem desenvolvido, gerando grande insatisfação quando não alcançado e conseqüentemente sofrimento psíquico, tornando-os mais suscetíveis a TA (Souza e Alvarenga, 2016; Camargo e colaboradores, 2008).

Ao observar o questionário da escala de silhuetas, 30,5% dos universitários apresentaram estar satisfeitos com sua imagem corporal. Em uma pesquisa com 364 universitários da área da saúde de uma universidade privada ao norte de Minas Gerais, foi observada baixa prevalência de insatisfação corporal (9,1%) (Bandeira e colaboradores, 2016) em comparação com a pesquisa

realizada por Ainett, Costa e Sá (2017) com 133 acadêmicos de uma Universidade Federal do Pará, onde 69,2% dos estudantes estão insatisfeitos com sua imagem corporal.

Em uma pesquisa realizada com universitários da área da saúde de uma universidade pública de Florianópolis-SC, encontrou-se uma prevalência de 76,6% de insatisfação (Frank e colaboradores, 2016).

Embora no presente estudo tenho sido encontrado um percentual elevado de satisfação com a imagem corporal, é importante acompanhar e reforçar a prevenção de insatisfação no público universitário, uma vez que, diferentes graus de insatisfação corporal estão relacionados à pressão sociocultural que sofrem com a aparência e forma física, especialmente em relação à profissões da área da saúde (Oliveira e colaboradores, 2019).

Tendo em vista, que contribuem para o surgimento de preocupação excessiva com o corpo e comportamentos não saudáveis, com o intuito de alterar o peso e a forma corporal, gerando TA e causando danos à saúde dos estudantes (Moraes e colaboradores, 2016).

A literatura ressalta que a insatisfação corporal, não é o parâmetro adequado para a adoção de comportamentos saudáveis na busca pelo controle de peso.

Dietas restritivas não intervêm na obesidade, e sim o oposto, colocando o indivíduo em risco de ganho ou queda severa de peso (Silva e colaboradores, 2018).

Por sua vez, a busca pelo acompanhamento nutricional adequado, fornece uma alimentação equilibrada, de acordo com as necessidades e individualidade de cada indivíduo, a qual auxilia na manutenção de peso e estado nutricional, refletindo assim na redução da insatisfação com a insatisfação corporal (Lizot e Nicoletto, 2018).

É importante mencionar que os resultados do presente estudo possuem algumas limitações que devem ser consideradas, como é o caso de não haver grande participação de alguns cursos, como da Educação Física, que poderia representar uma parcela da população com risco para TA devido ao cuidado extremo destes profissionais com a aparência física.

Além disso, as medidas de peso e altura foram autorreferidas, no entanto, são válidas e usuais em estudos epidemiológicos.

CONCLUSÃO

A partir desse estudo, foi observado associação entre a presença de risco para TA e insatisfação corporal com o estado nutricional de universitários da área da saúde de uma universidade privada do Rio Grande do Sul.

No entanto, apesar da grande maioria dos avaliados apresentarem estado nutricional em eutrofia, encontram-se insatisfeitos com a sua imagem corporal, seja pelo excesso de peso ou por magreza, de acordo com a avaliação da escala de silhuetas e apontam comportamento alimentar de risco para TA conforme avaliação do questionário EAT-26.

Ressalta-se a importância de mais estudos para melhor compreensão destas e outras associações na adoção de comportamento alimentar de risco para TA e elevada prevalência de insatisfação corporal em universitários da área da saúde, possibilitando entender sua etiologia e promover ações para minimizar complicações associadas a eles.

Ainda, se torna necessário o desenvolvimento de estratégias, afim de minimizar a influência e pressão que a estética exerce nos universitários, atuando como uma forma de prevenção ao desenvolvimento de TA, proporcionando melhor qualidade de vida para esses estudantes e futuros profissionais da área da saúde.

CONFLITOS DE INTERESSE

O presente artigo não apresenta conflitos de interesse.

REFERÊNCIAS

- 1-Alvarenga, M.; Figueiredo M.; Timerman F.; Antonaccio C. Nutrição comportamental. São Paulo. Manole. 2019. p. 596.
- 2-Araujo, T.S.; Filho, V.C.B.; Gubert, F.A.; Almeida, P.C.; Martins, M.C.; Carvalho, Q.G.S.; Costa, A.C.P.J.; Vieira, N.F.C. Factors Associated With Body Image Perception Among Brazilian Students From Low Human Development Index Areas. The Journal of School Nursing. Vol. 34. Núm. 6. 2018. p. 449-457
- 3-Alves, D.; Pinto, M.; Alves, S.; Mota, A. Leirós, V. Cultura e imagem corporal. Motricidade. Vol. 5. Núm. 1. 2009. p. 1-20.

4-Alves, F. R.; Souza, E.A.; Paiva, C.S.; Teixeira, F.A.A. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Cinergis*. Vol. 18. Núm. 3. 2017. p. 204-209.

5-Ainett, W.S.O.; Costa, V.V.L.; Sá, N.N.B. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 11. Núm. 62. 2017. p.75-8.

6-Almeida, L.C.; Piologo, L.F.; Barbosa, L.G.; Neto J.G.O. Triagem de transtornos alimentares em estudantes universitários da área de saúde. *Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria*. Vol. 20. Núm. 3. 2016. p. 230-43

7-Brasil. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília. Ministério da Saúde. 2 ed. 2014. p. 156.

8-Batista, J.I.; Oliveira, A. Efeitos psicofisiológicos do exercício físico em pacientes com transtornos de ansiedade e depressão. *Corpoconsciência*. Vol. 19. Num. 3. 2015. p. 1-10.

9-Bandeira, Y.E.; Mendes, A.L.R.F.; Cavalcante, A.C.M.; Arruda, S.P.M. Avaliação da imagem corporal de estudantes do curso de Nutrição de um centro universitário particular de Fortaleza. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 65. Núm. 2. 2016. p. 168-73.

10-Catão, L.G.; Tavares, R.L. Técnicas da Nutrição Comportamental no Tratamento dos Transtornos Alimentares. *Revista Campo do Saber*. Vol. 3. Núm. 1. 2020. p. 244-261.

11-Camargo, T.P.; Costa S.P.; Uzunian, L.G.; Viebig, R.F. Vigorexia: revisão dos aspectos atuais deste distúrbio de imagem corporal. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*. Vol. 2. Núm. 1. 2008. p. 1-14.

12-Coelho, J.F. Percepção de imagem corporal e presença de fatores de risco para transtornos alimentares entre praticantes de corrida de rua e crossfit do município de tubarão, Santa Catarina. TCC. Universidade do Sul de Santa Catarina-SC. Santa Catarina. 2021.

13-Caram, A.L.A.; Lazarine, I.F. Atitudes alimentares em universitários dos cursos de Nutrição, Educação Física e Psicologia de uma instituição privada. *Journal of the Health Sciences Institute*. Vol. 31. Núm. 1. 2013. p. 71-74.

14-Eisenberg, M.E.; Sztainer D.N.; Story, M.; Perry, C. The role of social norms and friends' influences on unhealthy weight-control behaviors among adolescent girls. *Social Science & Medicine*. Vol. 60. Núm. 6. 2005. p. 1165-1173.

15-Frank, R.; Claumann, G.S.; Pinto, A.A.; Cordeiro, P.C.; Felden, E.P.G.; Pelegrini, A. Fatores associados à insatisfação com a imagem corporal em acadêmicos de Educação Física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 65. Núm. 2. 2016. p.161-7

16-Garner, D.M.; Olmsted, M.P.; Bohr, Y.; Garfinkel, P.E. The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological medicine*. Vol. 12. Núm. 4. 1982. p. 871-878.

17-Henn, A.T.; Taube, C.O.; Vocks, S.; Hartmann, A.S. Body image as well as eating disorder and body dysmorphic disorder symptoms in heterosexual, homosexual, and bisexual women. *Frontiers in psychiatry*. Vol. 10. 2019. p. 531.

18-Job, A.R.; Oliveira, A.C. S. Percepção dos acadêmicos de Nutrição sobre a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 13. Núm. 78. 2019. p. 291-298.

19-Kakeshita, I.S.; Almeida, S.S. Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Revista de Saúde Pública*. São Paulo. Vol. 40. Núm. 3. 2006. p.497-504.

20-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*. Vol. 67. Núm. 2. 2018. p. 118-25.

- 21-Lopes, M.A.M.; Paiva, A.A.; Lima, S.M.T.; Cruz, K.J.C.; Rodrigues, G.P.; Carvalho, C.M.R.G. Percepção da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição de uma universidade pública. *Demetra*. Vol. 12. Núm. 1. 2017. p. 193-206.
- 22-Lizot, L.A.B.; Nicoletto, B.B. Comportamento alimentar e imagem corporal em acadêmicos de nutrição de uma universidade privada da serra gaúcha. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. Vol. 12. Núm. 76. 2018. p.1141-1149.
- 23-Martins, C.R.; Gordia, A.P.; Silva, D.A.S.S.; Quadros, T.M.B.; Ferrari, E.P.; Teixeira, D.M.; Petrosk, E.L. Insatisfação com a imagem corporal e fatores associados em universitários. *Estudos de Psicologia*. Natal. Vol. 17. Núm. 2. 2012. p.241-246.
- 24-Martinez, P.A.; Moreno, A.J.P.; Jimenez, M.P.M.; Macías, M.D.R.; Pagliari, C.; Abellan, M.V. Social Media, ThinIdeal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International Journal of Environmental Research an Public Health*. Vol. 16. Núm. 21. 2019. p. 4177.
- 25-Marques, R.S.A.; Oliveira, A.P.; Assis, M.R. Prevalência de insatisfação com a imagem corporal entre estudantes de educação física. *Corpus et Scientia*. Vol. 9. Núm. 1. 2013. p. 65-78.
- 26-Moraes, J.M.M.; Oliveira, A.C.; Nunes, P.P.; Lima, M.T.; Abreu, J.A.; Arruda, S.P. Fatores associados a insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares entre estudantes de nutrição. *Revista de Pesquisa em Saúde*. Vol. 17. Núm. 2. 2016. p.106-11.
- 27-Maia, R.G.L.; Fiorio, B.C.; Almeida, J.Z.; Silva, R.G. Nutritional status and eating disorders among students of the nutrition undergraduate course at the Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará state, Brazil. *Demetra*. Vol. 13. Núm. 1. 2018. p. 135-45.
- 28-Neutzling, M.B.; Araújo, C.L.P.; Vieira, M.F.; Hallal, P.C.; Menezes, A.M. Frequência de consumo de dietas ricas em gordura e pobres em fibra entre adolescentes. *Revista de Saúde Publica*. Vol. 41. Núm. 3. 2007. p. 336-342.
- 29-O'Hara, L.; Schulte, S.T.; Tomas, J. Weight-related teasing and internalized weight stigma predict abnormal eating attitudes and behaviours in Emirati female university students. *Appetite*. Vol. 102. 2016. p. 44-50.
- 30-OMS. Organização Mundial da Saúde. Estado físico: o uso e a interpretação da antropometria. Relatório de um Comitê de Especialistas da OMS. Geneva. Núm. 854. 1995. p. 271.
- 31-OMS. Organização Mundial da Saúde. Curvas de crescimento para 5-19 anos. Ministério da Saúde/Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Brasília. 2007.
- 32-Oliveira, T.C.; Bering, T.; Oliveira, J.R.T.; Segri, N.J. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. *Sigmae*, Alfenas. Vol. 8. Núm. 2. 2019. p. 771-778.
- 33-Pina, M.G.M.; Fernandes, A.B.U.; Cunha, C.H.; Pessa, R.P. Comportamento alimentar de homens e mulheres com transtornos alimentares. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. Núm. 72. 2018. p.515-521.
- 34-Prado, M.C.; Prado, W.L.; Barros, M.V.G.; Sandra, S.L. Eating disorders and body image dissatisfaction among college students. *ConScientia e Saúde*. Vol. 14. Núm. 3. 2016. p. 355-362.
- 35-Ruge, A.M.M.; Pérez, C.L. Family and Personal Predictors of Eating Disorders in Young People. *Anales de Psicologia*. Vol. 33. Núm. 2. 2017. p. 235-242.
- 36-Reis, J.A.; Júnior, C.R, Pinho, L. Factors associated with the risk of eating disorders among academics in the area of health. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. Vol. 35. Núm. 2. 2014. p. 73-8.
- 37-Santos, M.M.; Moura, P.S.; Flauzino, P.A.; Alvarenga, M.S.; Arruda, Carioca, A.A.F. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 70. Núm. 2. 2021. p. 126-33.
- 38-Silva, L.P.R.; Tucan, A.R.O.; Rodrigues, E.L.; Del Ré, P.V.; Sanches, P.M.A.; Bresan, D. Dissatisfaction about body image and associated factors: a study of young

undergraduate students. Einstein. São Paulo. Vol. 17. Núm. 4. 2019. p. 1-7.

39-Silva, G.A.; Ximenes, R.C.; Pinto, T.C.; Cintra, J.D.; Santos, A.V.; Nascimento, V.S. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos de saúde. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 68. Núm. 4. 2018. p. 239-46.

40-Sharpe, H.; Patalay, P.; Choo, T.H.; Wall, M.; Mason, S.M.; Goldschmidt, A.B.; Sztainer, D.N. Bidirectional associations between body dissatisfaction and depressive symptoms from adolescence through early adulthood. *Development and psychopathology*. Vol. 30. Núm. 4. 2017. p. 1447.

41-Stunkard, A.; Sorensen, T.; Schulsinger, F. Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. In: KETY, S. et al. (ed.). *The genetics of neurological and psychiatric disorders*. New York. Vol. 60. 1983. p. 115-120.

42-Souza, A.C.; Alvarenga, M.S. Insatisfação com a imagem corporal em estudantes universitários – Uma revisão integrativa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 65. Núm. 3. 2016. p. 286-99.

43-Viana, V. Psicologia, saúde e nutrição: contributo para o estudo do comportamento alimentar. *Análise Psicológica*. Vol. 20. Núm. 4. 2002. p. 611-24.

Autor correspondente:

Juliana Paula Bruch Bertani.

julianabruch@gmail.com

UNIVATES.

Avenida Avelino Talini, n 171.

Bairro Universitário, Lajeado, Rio Grande do Sul, Brasil.

CEP: 95914-014.

Recebido para publicação em 09/12/2021

Aceito em 06/03/2022