

HÁBITOS ALIMENTARES E BULIMIA NERVOSA EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO E LETRAS/PORTUGUÊS DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO BRASIL

Karoline Meireles Sampaio¹, Camila Nogueira Oliveira¹, Alessandra Doumid Borges Preto²
Ângela Nunes Moreira³

RESUMO

Introdução e objetivo: O ingresso na universidade pode ocasionar desequilíbrio emocional em estudantes, podendo gerar impactos negativos no comportamento alimentar e o desenvolvimento de transtornos alimentares, tais como a bulimia nervosa. Em razão disso, este estudo objetivou verificar hábitos alimentares e prevalência de bulimia em universitários dos cursos de Nutrição e de Letras de uma universidade da cidade de Pelotas-RS. **Materiais e métodos:** Estudo transversal descritivo com 230 universitários dos cursos de Letras/Português e Nutrição da Universidade Federal de Pelotas. Foi utilizado um questionário autoaplicável sobre condições socioeconômicas e consumo alimentar, junto do Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo. O peso corporal foi aferido e a altura foi autorreferida, para determinação do estado nutricional. As análises estatísticas foram realizadas no pacote Stata 14.0®, com significância estatística de 5%. **Resultados e discussão:** 7,39% dos estudantes, todos do sexo feminino, apresentaram escore altamente compatível com bulimia, 33,91% dos estudantes sugeriram padrão alimentar não-usual e 0,43% manifestaram sintomas intensos. Sobre os hábitos alimentares, existiu inadequação da ingestão de legumes cozidos, verduras cruas, frutas, leguminosas e leite e adequação do consumo de alimentos ultraprocessados. Apesar de não haver associação entre os cursos, os resultados encontrados se assemelham a estudos sobre bulimia em estudantes. **Conclusão:** Verificou-se alta prevalência de provável diagnóstico de bulimia nervosa em universitários, visto que este transtorno alimentar tem consequências psíquicas que afetam a autoestima e a qualidade de vida.

Palavras-chave: Transtornos da alimentação. Consumo Alimentar. Saúde do Estudante. Qualidade de vida. Estado Nutricional.

ABSTRACT

Eating habits and bulimia nervosa among students of the Nutrition and Letters/Portuguese at a public university in Brazil

Introduction and objective: University admission can cause emotional imbalance in students which can have negative impacts on eating behavior and on the development of eating disorders, such as bulimia nervosa. For this reason, this study aimed to verify eating habits and prevalence of bulimia nervosa in university students of Nutrition and Letters/Portuguese courses at a university in the city of Pelotas-RS. **Materials and Methods:** Descriptive cross-sectional study with university students from the Letters/Portuguese and Nutrition courses at the Federal University of Pelotas. A self-administered questionnaire on socioeconomic conditions, food consumption was used, along with the Bulimic Investigatory Test, Edinburgh. Body weight was measured and height was self-reported to determine nutritional status. **Statistical analyzes** were performed using the Stata 14.0®, with a 5% statistical significance. **Results and discussion:** 7.39% of the students, all female, had a score highly compatible with bulimia, 33.91% of the students suggested an unusual eating pattern and 0.43% manifested intense symptoms. Regarding eating habits, there was an inadequate intake of cooked and raw vegetables, fruits, beans and milk and an adequate consumption of ultra-processed foods. Although there is no association between courses, the results found are similar to other studies on bulimia nervosa in students. **Conclusion:** There was a high prevalence of probable diagnosis of bulimia nervosa in college students, percentages considered to be worrisome, as this eating disorder has psychological consequences that affect the self-esteem and quality of life.

Key words: Eating disorders. Food consumption. Student Health. Quality of life. Nutritional status.

INTRODUÇÃO

A transição para o ensino superior pode ser um período propenso a estresses e desequilíbrios emocionais na vida dos universitários, tendo em vista a necessidade de atender às demandas acadêmicas e sociais impostas na nova fase estudantil (Penaforte, Matta, Japur, 2016).

E impactos negativos no comportamento alimentar como pressão psicológica e alteração no estilo de vida, são fatores propensos ao desenvolvimento de transtornos alimentares (TA) (Cruz, Stracieri, Horsts, 2011).

A ingestão acentuada de alimentos industrializados, doces e com alto teor de gordura e a baixa ingestão de alimentos saudáveis, frutas e hortaliças são práticas observadas pela maioria dos acadêmicos (Marcondelli, Costa, Schmitz, 2008).

Essa inadequação pode ser relacionada com a indisponibilidade temporal para refeições completas nutricionalmente, sugerindo indícios de compulsão alimentar em alunos que apresentam sintomas de ansiedade e transformam a alimentação em um ponto de fuga para situações de estresse físico e mental (Vieira e colaboradores, 2002).

O desencadeamento de TA também está fortemente relacionado com a supervalorização do corpo magro como padrão estético, onde indivíduos que não se enquadram acabam sentindo-se frustrados e com baixa autoestima.

De acordo com Silva e colaboradores (2012), a prevalência desses transtornos atinge cerca de 20% das pessoas jovens do sexo feminino do mundo todo e 35% dos estudantes de Nutrição no Brasil.

Pessoas do sexo masculino também podem ser acometidas, entretanto representam apenas 10% dos casos de TA, disparidade atribuída por fatores biológicos e culturais (Melin, Araújo, 2001).

A bulimia nervosa (BN) é um dos distúrbios alimentares mais comuns (Prisco e colaboradores, 2013), e de acordo com a 5ª edição do Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), caracteriza-se por episódios recorrentes de compulsão alimentar com sensação de falta de controle, seguidos de métodos compensatórios inadequados para evitar o ganho de peso, como autoindução de vômito, jejum, prática de exercícios físicos extenuantes e uso impróprio

de laxativos, diuréticos e outros medicamentos anorexígenos, assim como pela autoavaliação influenciada pelo peso e forma corpórea (American Psychiatric Association, 2013).

Ainda assim, muitos dos indivíduos que apresentam BN sustentam a doença em segredo por manterem seu peso corporal normal ou minimamente acima do normal e não manifestarem consequências físicas visíveis, como um estado nutricional (EN) agravado ao olhar de familiares e leigos (Cenci, Peres, Vasconcelos, 2009).

Mediante ao exposto, o estudo objetivou identificar a prevalência de bulimia nervosa em estudantes dos cursos de Nutrição e Letras/Português de uma Universidade Pública do Brasil.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo transversal descritivo com estudantes universitários, cuja amostra foi composta por alunos regularmente matriculados nos cursos de Nutrição e Letras/Português da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), após serem esclarecidos e concordarem em participar da pesquisa.

Foram obtidas listas com o nome e semestre de todos os alunos matriculados no segundo semestre letivo de 2019 através das unidades acadêmicas.

Os critérios de inclusão da amostra foram: adultos maiores de 20 anos e menores de 60 anos, de ambos os sexos, matriculados do 1º ao último semestre do curso.

A coleta de dados ocorreu de setembro a outubro de 2019, nas unidades avaliadas.

No período da coleta de dados, o número de alunos matriculados nos cursos de Letras/Português e Nutrição da UFPel era de 611 universitários. Ao todo, 230 alunos participaram da pesquisa, sendo 68 alunos matriculados no curso de Letras/Português e 162 no curso de Nutrição.

Entre os alunos presentes nos dias da coleta, sete recusaram-se a participar da pesquisa, totalizando 374 perdidas.

As pesquisadoras dirigiram-se até as salas de aulas, em diferentes dias e diversos horários a fim de convidar os alunos a participarem da pesquisa.

Após o consentimento dos estudantes e a confirmação dos critérios de inclusão, foi coletado a medida antropométrica de peso dos

alunos (balança marca Filizola®, com capacidade de 200 kg e sensibilidade de 100g), coletada a altura autorreferida pelo participante e entregue um questionário auto aplicado sobre condições socioeconômicas, demográficas e consumo alimentar, assim como um questionário contendo o Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo (BITE).

O Estado Nutricional (EN) foi avaliado utilizando o Índice de Massa Corporal (IMC) (World Health Organization, 1995).

A determinação do nível socioeconômico dos participantes foi feita através do questionário socioeconômico com base no Critério de Classificação Econômica Brasil, da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2018).

Para avaliar o consumo alimentar foi utilizado o Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), questionário com 10 perguntas sobre o consumo de salada crua, legumes cozidos, frutas frescas, feijão, leite e derivados, frituras, embutidos, bolachas salgadas, bolachas doces e refrigerantes, assim como foram adicionadas mais duas perguntas relativas ao consumo de carne e ovos.

A análise do comportamento alimentar foi realizada de acordo com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2008).

Para análise da prevalência de bulimia entre os universitários, utilizou-se o questionário BITE e os critérios diagnósticos específicos para BN de acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) (American Psychiatric Association, 2013).

O BITE é um instrumento que identifica indivíduos com compulsão alimentar e aspectos comportamentais e cognitivos relacionados à BN.

O questionário possui duas escalas, uma de sintomas e outra de gravidade (Henderson, Freeman, 1987; Cordás, Hochgraf, 1993; Saldeira, Gravena, 2013).

Os dados obtidos na pesquisa foram digitados no Microsoft Office Excel® 2019 e para a análise estatística foi utilizado o pacote estatístico Stata 14.0®, com significância de 5% ($p < 0,05$), através do Teste Exato de Fisher e Análise de Variância (ANOVA).

Foram realizadas análises descritivas e de associação entre BN e curso, sexo e EN. A pesquisa seguiu os critérios estabelecidos na resolução nº 466 de 12/12/2012. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPel, sob parecer nº 3.535.338.

RESULTADOS

A média de idade entre os universitários foi de $25,36 \pm 8,81$ anos e a amostra, de modo majoritário, foi composta por pessoas do sexo feminino (81,74%), com cor de pele branca (74,35%), solteiros (83,91%) e 58,26% pertencentes à classe econômica D/E (renda média domiciliar de R\$708,19).

O valor médio do peso corporal dos universitários encontrado foi de 66,49 kg, variando entre 39,2 kg e 135 kg. Na maioria dos alunos, o EN encontrado foi de eutrofia (65,22%). Referente ao IMC, os valores encontrados variaram entre 17 kg/m² e 44,58 kg/m², sendo a média de 24,33 kg/m² (resultados não apresentados em tabelas ou figuras).

Quanto ao consumo alimentar foi observada inadequação nos hábitos marcadores de consumo saudável em modo geral, visto que menos da metade dos universitários relataram o consumo diário de salada crua, legumes cozidos, feijão e leite (32,61%, 25,22%, 42,61%, 29,57% e 28,70%, respectivamente).

Contudo, a ingestão de carne mostrou-se adequada, onde 65,65% dos alunos informaram consumir o alimento todos os dias da semana. Ao comparar as práticas alimentares entre os cursos, viu-se uma porcentagem (%) significativamente maior dos alunos de Nutrição (Tabela 1).

Tabela 1 - Hábitos alimentares nos últimos sete dias de estudantes dos cursos de Nutrição (n=162) e Letras Português (n=68) de uma Universidade Pública do Brasil (n=230).

Consumo alimentar	Letras/Português		Nutrição		Total	Valor p*
	n	%	n	%	n (%)	
Salada crua						
Consumiu em todos últimos 7 dias	12	17,65	63	38,89	75 (32,61)	<0,0001
Não consumiu nos últimos 7 dias	10	14,71	1	0,62	11 (4,78)	
Legumes cozidos						
Consumiu em todos últimos 7 dias	11	16,18	47	29,01	58 (25,22)	0,001
Não consumiu nos últimos 7 dias	15	22,06	12	7,41	27 (11,74)	
Frutas						
Consumiu em todos últimos 7 dias	14	20,59	84	51,85	98 (42,61)	<0,0001
Não consumiu nos últimos 7 dias	13	19,12	5	3,09	18 (7,83)	
Feijão						
Consumiu em todos últimos 7 dias	19	27,94	49	30,25	68 (29,57)	1,000
Não consumiu nos últimos 7 dias	4	5,88	9	5,56	13 (5,65)	
Leite						
Consumiu em todos últimos 7 dias	18	26,47	48	29,63	66 (28,70)	0,321
Não consumiu nos últimos 7 dias	18	26,47	32	19,75	50 (21,74)	
Frituras						
Consumiu em todos últimos 7 dias	1	1,47	0	0	1 (0,43)	0,238
Não consumiu nos últimos 7 dias	19	27,94	64	39,51	83 (36,09)	
Embutidos						
Consumiu em todos últimos 7 dias	4	5,88	2	1,23	6 (2,61)	0,033
Não consumiu nos últimos 7 dias	20	29,41	70	43,21	90 (39,13)	
Biscoitos salgados						
Consumiu em todos últimos 7 dias	7	10,29	2	1,23	9 (3,91)	0,001
Não consumiu nos últimos 7 dias	17	25,00	65	40,12	82 (35,65)	
Doces						
Consumiu em todos últimos 7 dias	7	10,29	6	3,70	13 (5,65)	0,038
Não consumiu nos últimos 7 dias	11	16,18	39	24,07	50 (21,74)	
Refrigerantes						
Consumiu em todos últimos 7 dias	5	7,35	1	0,62	6 (2,61)	0,002
Não consumiu nos últimos 7 dias	29	42,65	114	70,37	143 (62,17)	
Carnes						
Consumiu em todos últimos 7 dias	38	55,88	113	69,75	151 (65,65)	0,524
Não consumiu nos últimos 7 dias	5	7,35	9	5,56	14 (6,09)	

* Teste exato de Fisher.

Ao observar a prevalência de BN de acordo com a escala de sintomas, foi encontrado que 7,35% e 7,41% dos estudantes do curso de Letras e Nutrição, respectivamente, apresentaram escore elevado para escala de

sintomas, ou seja, um padrão alimentar descontrolado/presença de compulsão alimentar e grande possibilidade de bulimia (Figura 1).

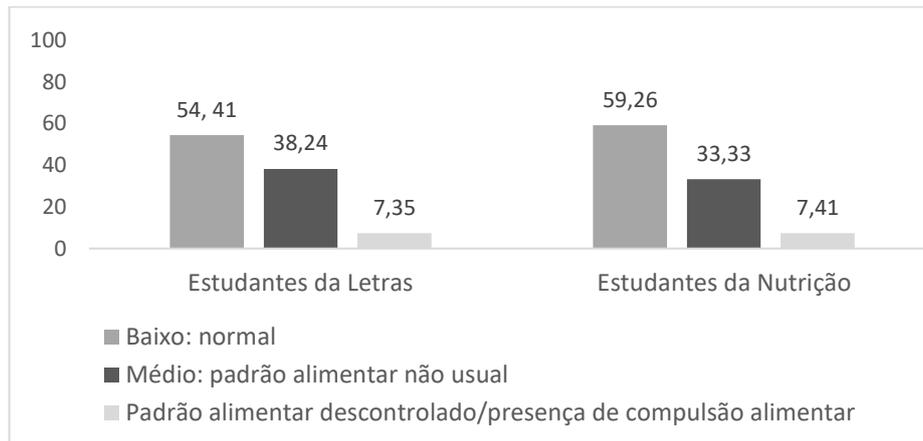


Figura 1 - Prevalência de bulimia nervosa em estudantes dos cursos de Nutrição (n=162) e Letras/Português (n=68) de uma Universidade Pública do Brasil (n=230).

No que se refere à escala de gravidade, apenas 0,43% dos estudantes da Nutrição apresentaram escala de gravidade alta, ou seja, alto grau de gravidade. Em contrapartida,

8,82% dos alunos de Letras e 5,65% dos alunos de Nutrição demonstraram escala de gravidade média, considerada clinicamente significativa (Figura 2).

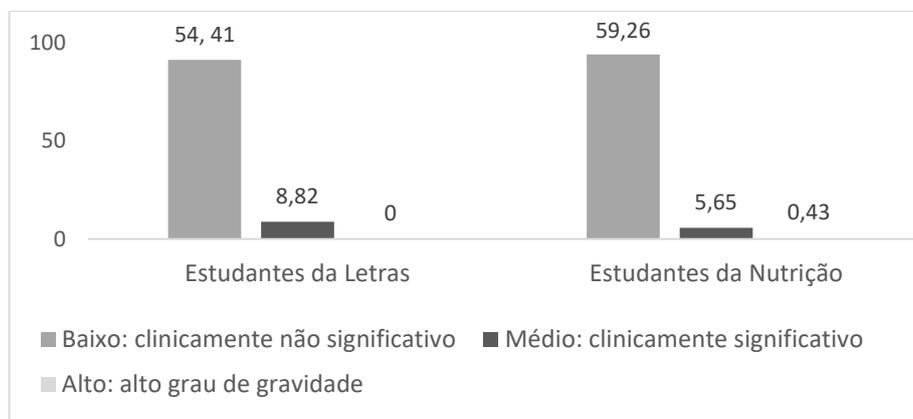


Figura 2 - Escala de gravidade de bulimia nervosa em estudantes dos cursos de Nutrição (n=162) e Letras/Português (n=68) de uma Universidade Pública do Brasil (n=230).

Quanto à prevalência dos critérios diagnósticos com potencial risco para BN 2,94% e 1,23% dos estudantes de Letras/Português e Nutrição, sugeriram apresentar todos os critérios para BN. Avaliando cada critério isoladamente, 61,76%

dos estudantes de Letras e 69,75% dos estudantes de Nutrição sugeriram apresentar o Critério A2 (sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio de compulsão), (Figura 3).

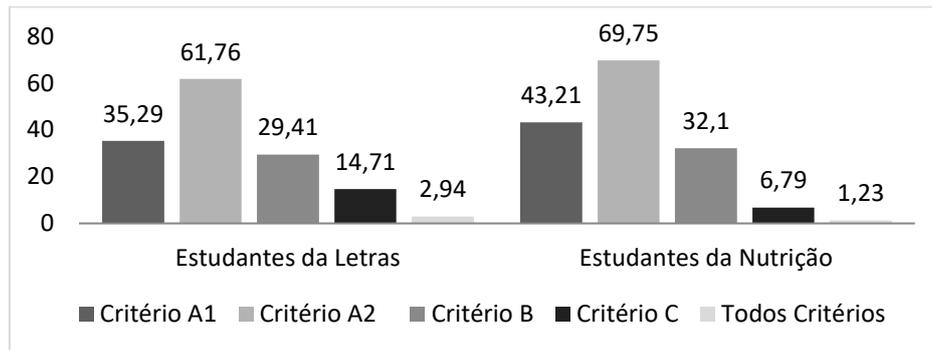


Figura 3 - Prevalência dos critérios diagnósticos da DSM-V (baseado nas respostas do questionário Bite) em estudantes dos cursos de Nutrição (n=162) e Letras/Português (n=68) de uma Universidade Pública do Brasil (n=230), sendo Critério A1: episódios recorrentes de compulsão alimentar; Critério A2: sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio de compulsão; Critério B: comportamentos compensatórios inapropriados recorrentes a fim de impedir o ganho de peso, como vômitos autoinduzidos, uso indevido de laxantes, diuréticos ou outros medicamentos e/ou jejum; Critério C: a compulsão alimentar e os comportamentos compensatórios inapropriados ocorrem, em média, no mínimo 1 vez por semana durante 3 meses.

O percentual de estudantes das classes D e E (renda média domiciliar de R\$708,19) que demonstraram gravidade baixa ou gravidade sem significância clínica (77,78%) foi significativamente menor do que a de estudantes de outras classes (variou de 88 a 100%) e o número de estudantes dessas classes (D e E) que apresentou escore clinicamente significativo (escore médio na escala de gravidade) foi significativamente maior (22,22%) do que a dos estudantes das outras classes (variou de 1,79 a 10,67%) ($p=0,013$, Teste exato de Fisher).

Encontrou-se associação entre a escala sintomática e o sexo, onde foi observado que todos os estudantes que apresentaram um escore elevado na escala de sintomas do BITE eram do sexo feminino (9,04% das mulheres) e a porcentagem de mulheres que apresentaram padrão normal (escala de sintomas baixo) (54,26%) foi significativamente menor do que a de homens (73,81%) ($p=0,020$), Tabela 2.

Além disso, as 17 universitárias com escore elevado na escala de sintomas referiram apresentar episódios de compulsão alimentar (14,17% dos alunos com compulsão) e a % de estudantes que negaram apresentar episódios de compulsão alimentar e que apresentaram padrão normal (escala de sintomas baixo) (82,73%) foi significativamente maior do que a dos que referiram apresentar (35%) ($p<0,001$). Já o risco de desenvolver os TA foi mais comum entre estudantes com excesso de peso da amostra (15%) (Tabela 2).

Com relação aos hábitos alimentares, a % de estudantes que responderam não ter consumido legumes cozidos nos últimos 7 dias e que sugeriram apresentar padrão alimentar descontrolado e/ou presença de compulsão alimentar (escore elevado na escala sintomática) (14,81%) foi significativamente maior ($p=0,044$) do que a dos estudantes que informaram ter consumido os mesmos alimentos todos os dias na última semana (1,72%).

Assim como o percentual de alunos que relataram ter consumido bolachas/biscoitos salgados ou salgadinhos de pacote todos os últimos 7 dias e que tiveram um escore elevado na escala de sintomas (33,33%) foi significativamente maior ($p=0,031$) do que a dos estudantes que responderam não ter consumido nos últimos 7 dias (7,32%).

Foi observado quanto ao consumo de bolachas/biscoitos doces ou recheados, doces, balas e chocolates, onde a % de estudantes que respondeu ter consumido as guloseimas todos os dias nos últimos 7 dias e que apresentou escore elevado na escala de sintomas (23,08%) foi significativamente maior ($p=0,013$) do que a dos estudantes que responderam não ter consumido nos últimos 7 dias (4%) (Tabela 2).

Como esperado, também foram observadas associações positivas entre a escala sintomática e a escala de gravidade ($p<0,001$) (Tabela 2).

Tabela 2 - Associações significativas entre bulimia nervosa (escala de sintomas do questionário BITE) e sexo, estado nutricional, episódios de compulsão alimentar, consumo alimentar e escala de gravidade do questionário BITE em estudantes dos cursos de Nutrição (n=162) e Letras/Português (n=68) de uma Universidade da cidade de Pelotas/RS (n=230).

Variáveis	Escala de sintomas do questionário Bite						Valor p*
	Baixo: normal		Médio: padrão alimentar não usual		Alto: Padrão alimentar descontrolado/ compulsão alimentar		
	n	%	n	%	n	%	
Sexo							
Masculino	31	73,81	11	26,19	0	0	0,020
Feminino	102	54,26	69	36,70	17	9,04	
Estado nutricional							
Excesso de peso (sobrepeso ou obesidade)	33	41,25	35	43,75	12	15,00	<0,001
Baixo peso ou eutrofia	100	66,67	45	30,00	5	3,33	
Episódios de compulsão alimentar							
Sim	42	35,00	61	50,83	17	14,17	<0,001
Não	91	82,73	19	17,27	0	0,00	
\Consumo de legumes e verduras cozidos nos últimos 7 dias							
Todos os dias	38	65,52	19	32,76	1	1,72	0,044
Nenhum dia	17	62,96	6	22,22	4	14,81	
Consumo de bolachas/biscoitos salgados nos últimos 7 dias							
Todos os dias	2	22,22	4	44,44	3	33,33	0,031
Nenhum dia	46	56,10	30	36,59	6	7,32	
Consumo de bolachas/biscoitos doces, balas e chocolates nos últimos 7 dias							
Todos os dias	3	23,08	7	53,85	3	23,08	0,013
Nenhum dia	31	62,00	17	34,00	2	4,00	
Escala de gravidade do questionário BITE							
Baixo: clinicamente não significativo	129	59,72	73	33,80	14	6,48	<0,001
Médio: clinicamente significativo	4	30,77	7	53,85	2	15,38	
Alto: alto grau de gravidade	0	0,00	0	0,00	1	100,0	

Legenda: BITE - Teste de Investigação Bulímica de Edinburg; *: Teste exato de Fisher.

Conforme os critérios diagnósticos para a BN segundo DSM-V e respostas dos alunos no questionário BITE apresentados na Tabela 3, 18,09% dos participantes com o critério A1 apresentaram escore de sintomas elevado e 54,26% escorem médio ($p < 0,001$).

Não houve diferenças significativas da prevalência do critério A1 entre os sexos, cursos e EN.

Por outro lado, o critério A2 esteve significativamente associado com o sexo, EN dos alunos e escala sintomática. As mulheres relataram apresentar uma sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio de

compulsão de modo significativamente mais frequente do que os homens da amostra ($p = 0,001$).

Além disso, estudantes com excesso de peso sugeriram apresentar o critério A2 de modo mais prevalente do que estudantes eutróficos ou com baixo peso ($p = 0,018$).

Entretanto, não houve diferença significativa da prevalência do critério A2 entre os cursos.

O critério B não esteve relacionado com o sexo e o curso, contudo foi possível observar uma maior prevalência desse critério

entre estudantes com excesso de peso (42,50%) ($p=0,011$).

O mesmo critério também esteve relacionado com a escala de sintomas e de gravidade do BITE, onde 12,5% e 1,39% dos universitários que sugeriram realizar comportamentos compensatórios inapropriados recorrentes a fim de impedir o ganho de peso apresentaram escore elevado para a escala de sintomas e de gravidade, respectivamente ($p<0,001$).

A escala de sintomas, juntamente com a escala de gravidade do questionário BITE, estiveram associadas ao critério C, onde cerca de 28% dos participantes que sugeriram se enquadrar neste critério apresentaram sintomas.

De acordo com a escala de sintomas, 33,33% dos universitários que sugeriram apresentar todos os critérios mencionados anteriormente também manifestaram padrão alimentar descontrolado/presença de compulsão alimentar (sintomas altos) ($p=0,005$).

Sob o mesmo ponto de vista, 16,67% dos alunos com todos os critérios apresentaram escore de gravidade elevado e 50% escorem médio, o que é clinicamente significativo ($p<0,001$) (Tabela 3).

Não houve diferença significativa da prevalência de todos os critérios entre os cursos, sexo e EN.

Tabela 3 - Associações significativas entre os critérios diagnósticos da DSM-V e sexo, estado nutricional, hábitos alimentares e escalas de sintomas e de gravidade do questionário BITE em estudantes dos cursos de Nutrição ($n=162$) e Letras Português ($n=68$) de uma Universidade Pública do Brasil ($n=230$).

	Critérios diagnósticos da DSM-V		Valor p*
	Critério A1		
	n	%	
Escala de sintomas do questionário BITE			
Baixo: normal	26	27,66	<0,0001
Médio: padrão alimentar não usual	51	54,26	
Alto: Padrão alimentar descontrolado/compulsão alimentar	17	18,09	
	Critério A2		Valor p*
	n	%	
Sexo			
Masculino	19	45,24	0,001
Feminino	136	72,34	
Estado nutricional			
Excesso de peso (sobrepeso ou obesidade)	62	77,50	0,018
Baixo peso ou eutrofia	93	62	
Escala de sintomas do questionário BITE			
Baixo: normal	64	41,29	<0,0001
Médio: padrão alimentar não usual	74	47,74	
Alto: Padrão alimentar descontrolado/compulsão alimentar	17	10,97	
	Critério B		Valor p*
	n	%	
Estado nutricional			
Excesso de peso (sobrepeso ou obesidade)	34	42,50	0,011
Baixo peso ou eutrofia	38	25,33	
Escala de sintomas do questionário BITE			
Baixo: normal	24	33,33	<0,0001
Médio: padrão alimentar não usual	39	54,17	
Alto: Padrão alimentar descontrolado/compulsão alimentar	9	12,50	
Escala de gravidade do questionário BITE			
Baixo: clinicamente não significativo	58	80,56	<0,0001

Médio: clinicamente significativo	13	18,06	
Alto: alto grau de gravidade	1	1,39	
	Critério C		Valor p*
	n	%	
Consumo de legumes cozidos nos últimos 7 dias			
Todos os dias	2	3,45	0,031
Nenhum dia	5	18,52	
Escala de sintomas do questionário BITE			
Baixo: normal	8	38,10	0,003
Médio: padrão alimentar não usual	7	33,33	
Alto: Padrão alimentar descontrolado/compulsão alimentar	6	28,57	
Escala de gravidade do questionário Bite			
Baixo: clinicamente não significativo	13	61,90	<0,0001
Médio: clinicamente significativo	7	33,33	
Alto: alto grau de gravidade	1	4,76	
	Todos Critérios		Valor p*
	n	%	
Escala de sintomas do questionário BITE			
Baixo: normal	1	16,67	0,018
Médio: padrão alimentar não usual	3	50,0	
Alto: Padrão alimentar descontrolado/compulsão alimentar	2	33,33	
Escala de gravidade do questionário BITE			
Baixo: clinicamente não significativo	2	33,33	<0,0001
Médio: clinicamente significativo	3	50,0	
Alto: alto grau de gravidade	1	16,67	

Legenda: BITE - Teste de Investigação Bulímica de Edinburgh; * Teste exato de Fisher.

DISCUSSÃO

A amostra do presente estudo foi composta majoritariamente por pessoas do sexo feminino (81,74%), com média de idade de $26,05 \pm 8,81$ anos, resultado semelhante ao encontrado em um estudo com diversos cursos de uma universidade em São Paulo, realizado por Oliveira, Figueiredo e Cordás (2019), onde 75,97% dos 853 alunos participantes eram mulheres, com média de idade de $22,04 \pm 3,33$ anos.

Outro estudo encontrou que, entre os alunos matriculados no curso de Licenciatura em Letras, as mulheres eram maioria (Casagrande e Souza, 2016).

E no estudo de Moreira e colaboradores (2013), 100% da amostra de estudantes do curso de Nutrição era do sexo feminino, dados que comprovam a predominância de alunas mulheres em cursos de Nutrição e de Letras/Português.

Além disso, foi observada associação entre escala de sintomas do questionário BITE e sexo na amostra, ou seja, a bulimia e o risco desse TA foi mais comum entre as mulheres da

amostra, resultado semelhante ao de Kirsten, Fratton e Porta (2009), que afirmam que mulheres jovens são a população de risco para TA.

Ao analisar o EN de estudantes, Maia e colaboradores (2018) encontraram IMC médio de $23,39 \text{ kg/m}^2$ e excesso de peso em 30,77% da amostra. Tais dados corroboram aos achados nesta pesquisa, na qual 34,78% dos alunos apresentaram excesso de peso e IMC médio de $24,33 \text{ kg/m}^2$.

Entretanto, diferentes resultados foram encontrados em estudo realizado em uma universidade de Minas Gerais, onde 82,1% das alunas apresentaram eutrofia e 8,5% excesso de peso.

Além disso, a maioria das participantes que apresentaram risco para TA e insatisfação corporal estavam eutróficas (Silva e colaboradores, 2012).

Em contrapartida, foi encontrado neste estudo que alunos com sobrepeso e obesidade apresentaram riscos maiores de desenvolver BN e compulsão alimentar.

Muito se discute sobre a pressão imposta sobre a imagem corporal efetuada

através da mídia e por fatores socioculturais. Estudos mostram que a busca por um corpo ideal tem levado pessoas a se insatisfazerem com sua própria imagem e a buscarem métodos inadequados na tentativa de controle de peso (Melo, Vieira, 2020).

Bosi e colaboradores (2006) verificaram que mesmo alunas com IMC considerado adequado, apresentaram resultados preocupantes quanto à insatisfação com a imagem corporal.

De modo semelhante, na atual pesquisa, foi encontrado que quase dois terços dos alunos (65,21%) responderam que temem um excesso de peso, mesmo para os eutróficos, dado que pode estar relacionado a preocupação exagerada com a imagem corporal e da prevalência de TA.

Fernandes e colaboradores (2007) encontraram 7,87% de positividade para BN em estudantes universitárias, dados que corroboram o presente estudo, 7,39% dos estudantes, sendo todos do sexo feminino, apresentaram escore elevado, com presença de comportamento alimentar compulsivo e grande possibilidade de BN.

Ainda sobre o estudo de Fernandes e colaboradores (2007), a presença de BN foi observada com mais frequência entre as alunas de Nutrição, em comparação com alunas de Enfermagem, dados que divergem aos encontrados neste estudo, pois não houve diferença significativa na prevalência de BN entre os cursos estudados.

No presente estudo verificou-se que alunos do curso de Nutrição informaram ter hábitos alimentares mais saudáveis do que os de Letras/Português, o que pode estar relacionado com conhecimentos adquiridos pelos estudantes, ao longo do curso.

Entretanto, o perfil total da amostra apresentou hábitos alimentares inadequados de consumo de legumes, verduras, frutas, feijão e leite, adequação no consumo de carnes e ovos, e um baixo consumo diário de frituras, embutidos, biscoitos salgados/doces e refrigerantes.

O estudo de Mendes e colaboradores (2016) encontraram dados que coincidem com a adequação no consumo de carnes e ovos (78,06%), mas diferiram sobre o consumo de leguminosas (74,20%), legumes e verduras (87,1%), pois estes estavam adequados em sua pesquisa e não na presente pesquisa.

Marcondelli, Costa e Schmitz (2004), em um estudo realizado com estudantes da

área da saúde, identificaram inadequação de hábitos alimentares na maioria da amostra (79,9%), com alto consumo de refrigerantes e doces (74,0%), resultados diferentes do encontrado neste trabalho, onde apenas 2,61% e 5,65% dos alunos informaram consumir a bebida e as guloseimas, respectivamente, todos os dias da semana. Por outro lado, o baixo consumo de leite e derivados (23,1%) e frutas e vegetais (24,9%) foi semelhante ao achado na atual pesquisa.

Segundo o guia alimentar a inadequação do consumo de verduras, legumes e frutas encontrada neste estudo é preocupante, visto que pesquisas afirmam que estes alimentos, além de conferirem aporte de vitaminas e minerais, contêm compostos com propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias e atuam contra doenças do coração e certos tipos de câncer.

Assim como o consumo inadequado de feijão e leite, alimentos fontes de proteínas e vitaminas, que contribuem essencialmente para a saúde do ser humano (Brasil, 2014).

Um percentual significativamente mais alto de estudantes que referiram apresentar hábitos alimentares inadequados, também sugeriram ter comportamento alimentar compulsivo e descontrolado.

Penaforte, Matta e Japur (2016), observaram que, diante de situações estressantes, os universitários demonstraram maiores mudanças nas preferências alimentares e apresentaram um maior consumo de alimentos ricos em açúcar e salgados e lanches prontos.

O estudo apresentou como possível limitação à altura autorreferida pelos participantes.

Além disso, pode ter ocorrido viés de memória entre alunos da amostra, em razão do relatório de frequência alimentar utilizado ter sido referente a todos os sete dias na última semana.

Ainda, aponta-se uma provável superestimação da ingestão de alimentos considerados saudáveis e omissão da frequência do consumo de alimentos ultraprocessados considerados não saudáveis.

Para futuros estudos sugere-se a utilização de outras escalas como Body Shape Questionnaire (BSQ) e Eating Attitudes Test (EAT-26), além do questionário BITE (Bulimic Investigatory Test, Edinburgh), com a finalidade de realizar análise do comportamento de universitários com sintomas de BN, visto que a

imagem corporal parece estar significativamente ligada ao desenvolvimento deste TA.

CONCLUSÃO

Foi verificada uma inadequação dos hábitos alimentares dos universitários quanto ao consumo de legumes e verduras, frutas e leite, o que pode trazer efeitos colaterais para a saúde dos estudantes.

Também se constatou alta prevalência de aproximadamente 7% de provável diagnóstico de BN nos universitários avaliados.

Em razão dos resultados encontrados, torna-se necessária a realização de pesquisas acerca de distúrbios e hábitos alimentares nas universidades, a fim de ofertar suporte de caráter psicológico e nutricional aos estudantes, principalmente do sexo feminino, e prevenir o desenvolvimento de transtornos alimentares, visto que estes têm graves consequências psíquicas que afetam a autoestima e a qualidade de vida de quem é acometido.

REFERÊNCIAS

- 1-ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de Classificação Econômica Brasil, 2018. Disponível em: <http://www.abep.org/criterio-brasil>. Acesso em: 19/06/2021.
- 2-American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-V). Arlington, VA: American Psychiatric Association. 2013.
- 3-Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para população brasileira. Brasília. 2014. http://www.saude.sp.gov.br/resources/ses/perfil/cidadao/temas-desauade/guia_de_bolso_sobre_alimentacao.pdf. Acesso em: 20/06/2021.
- 4-Bosi, M.L.M.; Luiz, R.R.; Morgado, C.M.C.; Costa, M.L.S., Carvalho, R.J. Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 55. Núm. 2. p 108-113. 2006.
- 5-Casagrande, L.S.; Souza, A.M.F.L. Para além do gênero: mulheres e homens em engenharias e licenciaturas. *Revista Estudos Feministas*. Vol. 24. Núm. 3. p 825-850. 2016.
- 6-Cenci, M.; Peres, K.G.; Vasconcelos, F.A.G. Prevalência de comportamento bulímico e fatores associados em universitárias. *Revista de Psiquiatria Clínica*. Vol. 36. Núm. 3. p. 83-88. 2009.
- 7-Cordás, T.A.; Hochgraf, P.B. O "BITE": Instrumento para avaliação da bulimia nervosa - versão para o português. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 42. Núm. 3. p. 141-144. 1993.
- 8-Cruz, A.C.; Stracieri, A.M.P.; Horsts, R.M.F. Percepção corporal e comportamentos de risco para os transtornos alimentares em estudantes de um curso de nutrição. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. Núm. 74. p.796-803. 2018.
- 9-Fernandes, C.A.M.; Rodrigues, A.P.C.; Nozaki, V.T.; Marcon, S.S. Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: um estudo em universitárias de uma instituição de ensino particular. *Arquivos de Ciências da Unipar*. Vol. 11. Núm. 1. p. 33-38. 2007.
- 10-Henderson, M.; Freeman, C.P. A self-rating scale for bulimia. The "BITE". *The British Journal of Psychiatry*. Vol. 150. p. 18-24. 1987.
- 11-Kirsten, V.R.; Fratton, F.; Porta, N.B.D. Transtornos alimentares em alunas de nutrição do Rio Grande do Sul. *Revista de Nutrição*. Vol. 22. Núm. 2. p. 219-227. 2009.
- 12-Maia, R.G.L.; Fiorio, B.C.; Almeida, J.Z.; Silva, F.R. Estado nutricional e transtornos do comportamento alimentar em estudantes do curso de graduação em Nutrição do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará, Brasil. *Revista Demetra*. Vol. 13. Núm. 1. p. 135-145. 2018.
- 13-Marcondelli, P.; Costa, T.H.M.; Schmitz, B.A.S. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. *Revista de Nutrição*. Vol. 21. Núm. 1. p. 39-47. 2008.
- 14-Melo, P.; Vieira, R. Percepção e satisfação da imagem corporal em estudantes de um centro universitário de Recife/Pernambuco. *Revista de Ciências da*

Saúde Nova Esperança. Vol. 18. Núm. 3. p. 196-204. 2020.

15-Melin, P.; Araújo, A.M. Transtornos alimentares em homens: um desafio diagnóstico. *Brazilian Journal of Psychiatry*. Vol. 24. Núm. 3. p. 73-76. 2002.

16-Mendes, M.L.M.; Silva, F.R.; Messias, C.M.B.O.; Carvalho, P.G.S.; Silva, T.F.A. Hábitos alimentares e atividade física de universitários da área de saúde do município de Petrolina-PE. *Tempus Actas de Saúde Coletiva*. Vol. 10. p. 205. 2016.

17-Moreira, D.E.; Pinheiro, M.C.; Carreiro, D.L.; Coutinho, L.T.M.; Almeida, K.T.C.L.; Santos, C.A.; Coutinho, W.L.M.; Ricardo, L.C.P. Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição*. Ano 8. Núm. 1. p. 18-25. 2017.

18-Oliveira, J.; Figueredo, L.; Cordás, T.A. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta "low-carb" em estudantes universitários. *Brazilian Journal of Psychiatry*. Vol. 68. Núm. 4. p.183-190. 2019.

19-Penaforde, F.R.; Matta, N.C.; Japur, C.C. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*. Vol. 11. Núm. 1. p. 225-237. 2016.

20-Prisco, A.P.K.; Araújo, T.M.; Almeida, M.M.G.; Santos, K.O.B. Prevalência de transtornos alimentares em trabalhadores urbanos de municípios do Nordeste do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*. Vol. 18. Núm. 4. p.1109-1118. 2013.

21-Saldeira, C.; Gravena, A.A.F. Prevalência de sintomas de bulimia nervosa, insatisfação da imagem corporal e estado nutricional em acadêmicas de nutrição. *Revista Saúde e Pesquisa*. Vol. 6. Núm. 1. p. 13-20. 2013.

22-Silva, J.D.; Silva, A.B.J.; Oliveira, A.V.K.; Nemer, A.S.A. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*. Vol.17. Núm. 12. p. 3399-3406. 2012.

23-Vieira, V.C.R.; Priore, S.E.; Ribeiro, S.M.R.; Franceschini, S.C.C.; Almeida, L.P. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. *Revista de Nutrição*. Vol. 15. Núm. 3. p. 273-282. 2002.

24-World Health Organization. Physical status: the use and interpretation of anthropometry. Report of a WHO Expert Committee. p.460. Geneva. 1995.

1 - Graduanda em Nutrição pela Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

2 - Doutora em Saúde e Comportamento, Vice-Diretora da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

3 - Doutora em Biotecnologia, Professora Associada da Faculdade de Nutrição, da Universidade Federal de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

E-mail dos autores:

karoline_ms@hotmail.com
camilanogoliveira@gmail.com
alidoumid@yahoo.com.br
angelanmoreira@yahoo.com.br

Autor para correspondência:

Karoline Meireles Sampaio.
karoline_ms@hotmail.com
Rua Marcílio Dias, 2950 - apartamento 202.
Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.
Telefone: (53) 98112-5868.

Recebido para publicação em 17/01/2022
Aceito em 05/06/2022