

**ASSOCIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR COM A IMAGEM CORPORAL E AS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL EM UNIVERSITÁRIOS DE NUTRIÇÃO**

Ana Flávia Silva Pereira<sup>1</sup>, Maurício Resende Israel<sup>1</sup>, Eduarda Lopes Alves<sup>2</sup>  
Thainá Richelli Oliveira Resende<sup>3</sup>, Douglas Roberto Guimarães Silva<sup>4</sup>

**RESUMO**

O perfil de estilo de vida de universitários pode prever preocupações em relação à insatisfação corporal, aos aspectos disfuncionais com a alimentação e a saúde mental. Com isso o objetivo desse estudo foi avaliar a associação entre comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde mental em jovens universitários do interior de Minas Gerais. Se trata de um estudo quantitativo, de cunho transversal, no qual estudantes do curso de nutrição matriculados no Centro Universitário Presidente Tancredo Neves, preencheram questionários de instrumentos validados para cada variável do estudo através do Google Forms. Foram avaliados comportamentos alimentares distintos (restritivo, emocional e intuitivo), a insatisfação corporal, o afeto negativo e sintomas de ansiedade. A partir dos dados coletados foi realizada a estatística descritiva das variáveis sob investigação, por meio da frequência absoluta e relativa, para os dados categóricos e para as variáveis discretas e contínuas, foi calculada a média e o desvio-padrão. Para avaliar a associação entre as variáveis foi utilizado o teste de correlação de Pearson, com significância considerada de  $p < 0,05$ . Foi possível observar em uma amostra universitária do curso de nutrição no interior de Minas Gerais, médias aumentadas no comportamento alimentar restritivo, na insatisfação que possuem em seus corpos e na sintomatologia de ansiedade, juntamente a afeto negativo. De modo com que correlações indicam comportamentos alimentares disfuncionais estão relacionados a pior imagem corporal nesses estudantes.

**Palavras-chave:** Comportamento Alimentar. Imagem Corporal. Insatisfação Corporal. Saúde Mental. Adulto Jovem.

1 - Graduação em Nutrição, Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves, São João Del Rei, Minas Gerais, Brasil.

**ABSTRACT**

Association of eating behavior with body image and mental health conditions in nutrition university students

The lifestyle profile of college students can predict concerns about body dissatisfaction, dysfunctional aspects of eating and mental health. With that, the objective of this study was to evaluate the association between eating behavior with body image and mental health conditions in university students from the interior of Minas Gerais. This is a quantitative, cross-sectional study, in which students of the nutrition course enrolled at Centro Universitário Presidente Tancredo Neves filled out questionnaires using validated instruments for each variable of the study using Google Forms. Different eating behaviors (restrictive, emotional and intuitive), body dissatisfaction, negative affect and anxiety symptoms were evaluated. From the data collected, descriptive statistics of the variables under investigation were performed, using absolute and relative frequency, for categorical data and for discrete and continuous variables, mean and standard deviation were calculated. To assess the association between the variables, Pearson's correlation test was used, with a significance level of  $p < 0.05$ . It was possible to observe in a university sample of the nutrition course in the interior of Minas Gerais, increased averages in restrictive eating behavior, in the dissatisfaction they have in their bodies and in the symptomatology of anxiety, together with negative affect. So what correlations indicate dysfunctional eating behaviors are related to worse body image in these students.

**Key words:** Feeding Behavior. Body Image. Body Dissatisfaction. Mental Health. Young Adult.

2 - Graduação em Nutrição, Supervisora de estágios do Curso de Nutrição, Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves São João Del Rei, Minas Gerais, Brasil.

## INTRODUÇÃO

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

O comportamento alimentar se trata de ações relacionadas ao ato de comer, que envolvem emoções (sentimentos) e cognições (pensamentos) (Alvarenga, Koritar, 2015).

Existe na literatura científica a descrição de alguns comportamentos alimentares comuns na população, como é o caso da restrição alimentar, do comer emocional e do comer intuitivo. A restrição alimentar se trata de um comportamento consciente para reduzir a ingestão de alimentos a fim de controlar o peso corporal (Sainsbury e colaboradores, 2019).

O comer emocional se refere na adoção de um comportamento em busca de recompensa para sanar emoções e sentimentos, podendo advir de uma restrição alimentar ou não (Garulet e colaboradores, 2012).

Em contrapartida, o comer intuitivo é um comportamento alimentar que tem como premissa o respeito aos sinais corporais, como as sensações de fome e saciedade, no qual comedores intuitivos estão cientes em seus corpos, focando na funcionalidade corporal, não estão preocupados com a comida e o fazer dieta (Tribole, Resh, 2020).

Sabe-se que o comer intuitivo se trata de um comportamento protetor para os transtornos alimentares e para o bem-estar geral, afetando diretamente na saúde psicológica dos indivíduos (Christoph e colaboradores, 2021).

De modo que, a insatisfação corporal, seguida de comportamentos não saudáveis para a perda de peso, como a restrição alimentar e o comer emocional, predizendo os transtornos alimentares e associados a sintomas depressivos e de ansiedade (Stice, Desjardins, 2018).

Um grupo que se mostra vulnerável em relação a insatisfação corporal e aos aspectos disfuncionais com a alimentação se trata dos jovens universitários. Fato que pode ser

justificado pelo ingresso na vida universitária, onde muitas vezes pode ocorrer afastamento dos familiares, ganho de responsabilidades da com a vida universitária, pela qual, muitas incertezas e mudanças em relação ao estilo de vida são comuns, como por exemplo a adoção de novos hábitos alimentares e autocrítica (Pieper, Cordova, 2018).

Especificamente, estudantes que lidam diretamente com os corpos e com os alimentos são ainda mais vulneráveis, como é o caso de universitários do curso da nutrição (Pieper, Cordova, 2018).

Portanto, compreender se alguns padrões alimentares, como a restrição alimentar, o comer emocional e o comer intuitivo se associam com a insatisfação corporal e com condições de saúde, como sintomas depressivos e de ansiedade em jovens universitários do curso de nutrição se faz necessário para descrever essas características nesse público-alvo, uma vez que a prevalência de transtornos alimentares (TAs) e seus agravos vem aumentando consideravelmente (Galmiche e colaboradores, 2019).

É crucial compreender essas associações para que intervenções futuras focadas no comportamento alimentar e na satisfação corporal sejam planejadas especificamente para os jovens universitários.

Com isso, o objetivo geral do presente trabalho é avaliar a associação entre comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde mental em jovens universitários do curso de nutrição de um centro universitário do interior de Minas Gerais.

## MATERIAIS E MÉTODOS

### Caracterização do estudo

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, de cunho transversal e exploratório acerca da associação do comportamento alimentar com a imagem corporal e condições de saúde mental entre estudantes do curso da área da nutrição de um centro universitário do interior de Minas Gerais.

Amostra

Foram convidados a participar do estudo todos os estudantes do curso de nutrição matriculados no Centro Universitário Presidente Tancredo Neves (UNIPTAN), localizado na cidade de São João Del Rei-MG,

de qualquer cor, raça ou etnia e que se voluntariaram participar da pesquisa após a explicação dos objetivos e procedimentos que seriam realizados, bem como leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e sua assinatura.

Os participantes foram convidados por meio de divulgação do projeto de pesquisa na Instituição de Ensino Superior e pelas redes sociais para responder aos questionários (online), através do Google Forms, para avaliar as variáveis de interesse.

Coleta de dados e variáveis do estudo

A coleta de dados se deu por meio do preenchimento por parte dos participantes de instrumentos validados para cada variável do estudo, além do preenchimento de questionário estruturado. A saber:

a) questionário estruturado, foi aplicado afim de caracterização da amostra, com questões que abordem ao sexo, idade, período atual do curso, massa corporal (em quilogramas) e estatura (em centímetros).

b) Body Shape Questionnaire-8 (BSQ-34) foi utilizado para avaliar a imagem corporal dos participantes, em específico da insatisfação corporal, sendo utilizado a versão adaptada para a população brasileira (homens e mulheres) de Di Pietro e Silveira (2014), que apresenta de 34 itens que avalia as preocupações com o peso corporal e com a forma;

c) Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ) de Moreira e colaboradores (2017) foi utilizado para analisar o comportamento alimentar emocional e restritivo, no qual é composto por 33 questões, divididas entre 3 escalas: comer restritivo, comer emocional e comer influenciado por fatores externos.

d) Intuitive Eating Scale (IES-2) de Silva e colaboradores (2020) foi utilizado para avaliar o comer intuitivo, no qual, quanto maior for a pontuação, maior é o nível de comer intuitivo;

e) O Inventário de Ansiedade Beck (Cunha, 2001) e a subescala de Negative Affect da Positive and Negative Scale (Carvalho e colaboradores, 2013), foram utilizadas para mensurar a saúde mental dos indivíduos. Na qual pelo Inventário de Ansiedade Beck é possível avaliar a intensidade de sintomas de ansiedade, por 21 itens que abrangem os sintomas mais frequentes de ansiedade. E a subescala de Negative Affect possibilita avaliar o

afeto por meio de 10 itens a serem respondidos.

### Tabulação e análise dos dados

Primordialmente, os dados foram tabulados em planilhas do Microsoft Excel versão 16.0. Os dados foram transpostos para o software Statistical Package for the Social Sciences - SPSS (IBM Versão 21.0).

Posteriormente, foi realizada a estatística descritiva das variáveis sob investigação, por meio da frequência absoluta e relativa, para os dados categóricos e para as variáveis discretas e contínuas, foi calculada a média e o desvio-padrão. Para avaliar a associação entre as variáveis foi utilizado o teste de correlação de Pearson, com significância considerada de  $p < 0,05$ .

O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves (UNIPTAN), sob o nº 61430422.0.0000.9667.

## RESULTADOS

### Análises descritivas e caracterização da amostra

Participaram da amostra cerca de 44 universitários, nos quais seus dados de caracterização estão descritos na Tabela 1.

É possível visualizar a média, com seus valores mínimos e máximos da idade (anos) e do IMC ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ), assim como o percentual e frequência do sexo (feminino/masculino), classificação do IMC (baixo peso, eutrofia, sobrepeso e obesidade) e o período do curso.

A maior parte da amostra tem como participantes o sexo feminino (73,9%;  $n=34$ ), mais da metade da amostra apresenta estado nutricional de eutrofia (58,7%;  $n=27$ ) e o período mais respondente é oitavo período (45,7%;  $n=21$ ).

### Média das variáveis estudadas e suas correlações

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

ansiedade (M=37,40) e insatisfação corporal (M=82,32).

**Tabela 1** - Análises descritivas dos dados quanto a amostra, São João Del Rei, Minas Gerais, 2023.

	Média	Mínimo – Máximo
Idade (anos)	26,56	18 – 61
IMC (kg/m <sup>2</sup> )	23,74	17,57 – 31,28
	Percentual (%)	Frequência (n)
<b>SEXO</b>		
Feminino	73,9	34
Masculino	21,7	10
<b>CLASSIFICAÇÃO IMC</b>		
Baixo peso	6,5	3
Eutrofia	58,7	27
Sobrepeso	26,2	12
Obesidade	4,3	2
<b>PERÍODO DO CURSO</b>		
Segundo período	17,4	8
Terceiro período	2,2	1
Quarto período	6,5	3
Sexto período	13	6
Sétimo período	10,9	5
Oitavo período	45,7	21

**Legenda:** IMC = Índice de Massa Corporal

**Tabela 2** - Média das variáveis e intervalo de confiança (95%) da amostra, São João Del Rei, Minas Gerais, 2023.

	t	Média	95% intervalo de confiança da diferença	
			Inferior	Superior
Comportamento alimentar restritivo	25,508	21,7273	20,009	23,445
Comportamento alimentar emocional	29,712	27,4318	25,570	29,294
Comportamento alimentar intuitivo	34,209	74,6364	70,236	79,036
Afeto negativo	17,272	23,6591	20,897	26,421
Sintomas de ansiedade	19,023	37,4091	33,443	41,375
Insatisfação corporal	15,127	82,3182	71,344	93,292

Já na tabela 3 é possível observar a correlação entre as variáveis, conforme o objetivo proposto.

Nota-se que comportamento alimentar restritivo está positivamente relacionado ao comportamento alimentar emocional ( $r=0,852$ ;  $p<0,001$ ), ao afeto negativo ( $r=0,534$ ;  $p<0,001$ ) e a insatisfação corporal ( $r=0,384$ ;  $p=0,01$ ).

Está negativamente relacionado ao comportamento alimentar intuitivo ( $r= -0,588$ ;  $p<0,001$ ).

O comportamento alimentar emocional está correlacionado a todas as variáveis, de forma positiva ao afeto negativo ( $r= 0,386$ ;  $p<0,01$ ), a insatisfação corporal ( $r= 0,344$ ;  $p=0,02$ ) e sintomas de ansiedade ( $r=0,027$ ;  $p=0,01$ ).

E negativamente ao comportamento alimentar intuitivo ( $r= - 0,615$ ;  $p<0,001$ ).

**Tabela 3** - Correlações entre as variáveis, r de Pearson e valor de p da amostra, São João Del Rei, Minas Gerais, 2023.

	1	2	3	4	5	6
Comportamento alimentar restritivo	-					
Comportamento alimentar emocional	0,852 p < 0,001	-				
Comportamento alimentar intuitivo	- 0,588 p < 0,001	- 0,615 p < 0,001	-			
Afeto negativo	0,534 p < 0,001	0,386 p = 0,010	- 0,232 p = 0,129	-		
Sintomas de ansiedade	0,180 p = 0,241	0,027 p = 0,01	- 0,26 p = 0,865	0,521 p < 0,001	-	
Insatisfação corporal	0,384 p = 0,01	0,344 p = 0,02	- 0,245 p = 0,108	0,481 p = 0,001	0,389 p = 0,009	-

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

## DISCUSSÃO

Conforme apresentado nos resultados, o comportamento alimentar restritivo; emocional e intuitivo, tiveram média que variaram de 21,72; 27,43 e 74,63 pontos, respectivamente.

E conforme os instrumentos que avaliam essa variável, o comer restritivo pode ser avaliado de 4 a 40 pontos, na amostra estudada a média foi acima de 50% de comedores restritivos. Já para o comer emocional o escore pode variar de 4 a 92 pontos, no qual os estudantes apresentam apenas 30% desse perfil. E no que se concerne o comer intuitivo (23 a 115 pontos), a grande maioria, cerca de 64,89% apresentaram ser comedores intuitivos.

Segundo estudo que também avaliou a prática de dietas em estudantes universitários, a prática de dietas restritivas, como “dieta detox” ultrapassou a metade desses indivíduos, mais especificamente 52,3% (Silva, Dordoñez, Fernandes, 2020).

Fato que pode ser preocupante visto que o comer restritivo é um considerável fator de risco para os transtornos alimentares (Carvalho, Alvarenga, Ferreira, 2017).

Mas contrapondo esses resultados, a amostra obteve percentual expressivo de comedores intuitivos, fato que pode ser interessante na proteção visto a eficácia e correlação positiva do comer intuitivo em fatores de proteção a essas psicopatologias (Babbott e colaboradores, 2013).

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

Em relação ao instrumento que avalia o afeto negativo, a pontuação pode variar de 5 a 50 pontos, e o de sintomas de ansiedade de 4 a 84 pontos. Na amostra estudada, 47,3% apresentam afeto negativo e 44,5% sintomas de ansiedade. Os resultados encontrados corroboram com Lelis (2020), no qual estudantes universitários apresentam maior nível de sintomas negativos, com depressivos (52,3%), seguidos de ansiedade (41,1%).

Característica preocupante devido ao panorama de sofrimento psicológico em universitários, o mesmo autor (Lelis, 2020) indica que esse pode ter estreita relação com a intensa carga horária, elevado materiais a serem estudados e incerteza em relação a vida profissional (Lelis, 2020).

Com relação a insatisfação corporal, o escore pode variar de 6 a 204 pontos, e na amostra estudada essa variável está presente em 40,3%.

Estudo que avaliou a insatisfação corporal de universitários no Brasil, por meio de uma revisão sistemática apontou prevalência menor ao atual trabalho, com 30,2% de

insatisfação corporal nos estudantes (Gama, 2021).

Fato esse interessante e que merece atenção devido ao curso investigado no presente trabalho (nutrição).

Segundo a literatura presente, cursos que lidam diretamente com os corpos e a alimentação estão inseridos em um contexto maior de pressão social para manutenção e obtenção dos ideais corporais, assim como, são rotineiramente pressionados quanto aos hábitos de vida saudáveis (Bosi e colaboradores, 2008; Laus, Moreira, Costa, 2019).

Corroborando com a média encontrada de insatisfação corporal dessa presente amostra, juntamente ao pressuposto indicado acima, em outro estudo que avaliou estudantes de nutrição, encontrou-se escore médio de insatisfação corporal de 81,43 pontos (Bandeira e colaboradores, 2016).

Parecendo dessa forma ser um indicativo de que esses estudantes possuem alto risco de transtornos alimentares.

Em relação as correlações encontradas, é possível observar que a insatisfação corporal esteve associada ao comportamento alimentar restritivo, ao emocional e ao afeto negativo positivamente, e inversamente correlacionado ao intuitivo.

O que demonstra que pessoas que se sentem insatisfeitas com seus corpos podem buscar uma alternativa para confrontar isso, com a busca pela restrição alimentar.

Assim como, podem comer de forma mais emocional, como uma forma de descontrole pela restrição imposta e por não seguir os sinais internos corporais, sinalizados pelo comer intuitivo.

Destaca-se que o caminho pode ser inverso também, indivíduos que comem restritivamente e emocionalmente podem se sentir insatisfeitos com seus corpos.

Esse achado corrobora com o estudo clássico de Stice, no ano de 1994, no qual o pesquisador demonstra o caminho etiológico dos transtornos alimentares, de modo com que a insatisfação corporal é um preditor importante para comportamentos alimentares transtornados (Stice, 1994).

Esse caminho demonstra ainda, que indivíduos que estão insatisfeitas com seus corpos, são mais susceptíveis a prática de dietas, que por sua vez, provoca sofrimento psicológico, como afeto negativo (Stice, 1994).

Mais recentemente, Fochesatto (2020) avaliou o comportamento alimentar e a percepção da imagem corporal de adultos que se submetem a dieta para perda de peso. A autora encontrou que o comportamento alimentar de indivíduos que se submetem à dieta restritiva se mostrou acompanhada de insatisfação com a imagem corporal leve, moderada ou grave (Fochesatto, 2020).

De forma semelhante ao encontrado pelas associações do comer restritivo, o comportamento alimentar emocional se mostrou relacionado ao afeto negativo e a sintomas de ansiedade.

Achado que já esperava de ser encontrado, visto que indivíduos que comem mais emocionalmente possuem tendência de se alimentar para sanar seus sentimentos/emoções, especialmente aos negativos, como de ansiedade e afeto negativo.

E de forma inversa, o comer emocional esteve correlacionado negativamente ao comer intuitivo, o que de fato demonstra que comedores intuitivos conseguem diferenciar a fome física da emocional, comendo por razões internas, como os sinais de fome e saciedade (Tribble, Resh, 2020).

Em suma, os achados desse presente trabalho somam o que a literatura vem descrevendo nos estudos da imagem corporal e do comportamento alimentar, sobre os padrões comportamentais, cognitivos e emocionais relacionados ao corpo e à alimentação.

Porém, esse tipo de investigação ainda não havia sido avaliado nessa amostra de estudantes do interior de Minas Gerais, o que evidencia que alunos de nutrição dessa instituição possuem indicadores aumentados de comer restritivo, insatisfação corporal, sintomas de ansiedade e de afeto negativo.

O que se faz necessário que estratégias de intervenção sejam realizadas nesse público, como forma de reduzir todos esses fatores de risco para os transtornos alimentares.

## CONCLUSÃO

É possível observar em uma amostra universitária do interior de Minas Gerais, médias aumentadas no comportamento alimentar restritivo, na insatisfação que possuem em seus corpos e na sintomatologia de ansiedade, juntamente a afeto negativo.

De modo com que correlações indicam comportamentos alimentares disfuncionais estão relacionados a pior imagem corporal nesses estudantes.

## REFERENCIAS

1-Alvarenga, M.; Koritar, P. Atitude e comportamento alimentar - determinantes de escolhas e consumo. In Alvarenga, M.; Figueiredo, M.; Timerman, F.; Antonaccio, C. Nutrição Comportamental. Manole. 2015.

2-Babbott, K. M.; Cavadino, A.; Brenton-Peters, J.; Consedine, N. S.; Roberts, M. Outcomes of intuitive eating interventions: a systematic review and meta-analysis. *Eating Disorders*. Vol. 31. Num. 1. 2013. p. 33-63.

3-Bandeira, Y. E. R.; 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. Num. 2. 2016. p.168-173.

4-Bosi, M. L. M.; Luiz, R. R.; Uchimura, K.Y.; Oliveira, F.P. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Vol. 57. Num. 1. 2008. p. 28-33.

5-Carvalho, H. W.; Andreoli, S. B.; Lara, D. R.; Patrick, C. J.; Quintana, M. I.; Bressan, R. A.; Melo, M. F.; Mari, J.J.; Jorge, M. R. Structural validity and reliability of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Evidence from a large Brazilian community sample. *Brazilian Journal of Psychiatry*. Vol. 35. Num. 2. 2013. p.169-172.

6-Carvalho, P. H. B.; Alvarenga, M. S.; Ferreira, M. E. C. An etiological model of disordered eating behaviors among Brazilian women. *Appetite*. Vol. 68. Num. 2. 2017. p.164-172.

7-Cash, T. F.; Pruzinsky, T. Understanding Body Images: Historical and Contemporary Perspectives. New York. The Guilford Press. 2002. p. 3-12.

8-Cash, T. F.; Smolak, L. Body image: A handbook of science, practice, and prevention. 2. ed. New York. The Guilford Press. 2011. p. 20.

9-Christoph, M.; Järvelä-Reijonen, E.; Hooper, L.; Larson, N.; Mason, S. M.; Neumark-Sztainer, D. Longitudinal associations between intuitive eating and weight-related behaviors in a population-based sample of young adults. *Appetite*. Vol. 160. 2021. p.105093.

10-Cunha, J. A. Manual da versão em português das Escalas Beck. São Paulo. Casa do psicólogo. 2001. p.10.

11-Di Pietro, M.; Silveira, D. X. Internal validity, dimensionality and performance of the Body shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. Vol. 31. Num. 1. 2009. p. 21–24.

12-Fochesatto, A. Comportamento alimentar e percepção da imagem corporal de adultos que buscam emagrecimento por meio de dieta. Dissertação de Mestrado. UFRGS. Porto Alegre. 2020.

13-Galmiche, M.; Déchelotte P, Lambert G, Tavolacci MP. Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: A systematic literature review. *American Journal of Clinical Nutrition*. Vol. 109. Num. n. 5. 2019. p. 1402-1413.

14-Gama, C. O. Insatisfação corporal de universitários no Brasil: conceitos e evidências empíricas. Tese de Doutorado. Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro. 2021.

15-Garaulet, M.; Canteras, M.; Morales, E.; López-Guimera, G.; Sánchez-Carracedo, D.; Corbalán-Tutau, M.D. Validation of a questionnaire on emotional eating for use in cases of obesity: the Emotional Eater Questionnaire (EEQ). *Nutrición Hospitalaria*. Vol.27. Num. 2. 2012. p.645-651.

16-Laus, M. F.; Moreira, R. C. M.; Costa, T. M. B. Diferenças na percepção da imagem corporal, no comportamento alimentar e no estado nutricional de universitárias das áreas de saúde e humanas. *Revista Psiquiátrica do Rio Grande do Sul*. Vol. 31. Num. 3. 2009. p.192-196.

17-Lelis, K. C.; Brito, R. V. N. E.; Pinho, S.; Pinho, L. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*. Vol. 23. 2020. p. 9-14.

18-Moreira, G. S. X.; Mota, D. C. L.; Lorenzato, L.; Kakeshita, I. S.; Costa, T. M. B.; Almeida, S. S. Transcultural adaptation procedures for the Dutch eating behavior questionnaire (DEBQ) for Brazil. *Avaliação Psicológica*. Vol. 16. Num. 4. 2017. p. 426-435.

19-Pieper, T. R.; Cordova, M. E. Percepção da imagem corporal e risco de transtornos alimentares em universitárias. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. Num. 74. 2018. p. 796-803.

20-Silva, P. C. G.; Ordoñez, A. M.; Fernandes, I. Verificação de dietas restritivas sem acompanhamento nutricional em universitárias de uma faculdade particular de Foz do Iguaçu-PR por meio de questionário. TCC. Faculdade União das Américas. Foz do Iguaçu. 2020.

21-Silva, W. R.; Neves, A. N.; Ferreira, L.; Campos, J. A. D. B.; Swami, V. A psychometric investigation of Brazilian Portuguese versions of the Caregiver Eating Messages Scale and Intuitive Eating Scale-2. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. Vol. 25. Num. 1. 2020. p. 221-230.

22-Stice, E. A review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. *Clinical Psychological Review*. Vol. 14. Num. 7. 1994. p. 633-661.

23-Stice, E.; Desjardins, C. D. Interactions between risk factors in the prediction of onset of eating disorders: Exploratory hypothesis generating analyses. *Behaviour Research and Therapy*. Vol. 105. Núm. 1. p. 52-62. 2018.

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

25-Tylka, T. L.; Homan, K. J. Exercise motives and positive body image in physically active college women and men: Exploring an expanded acceptance model of intuitive eating. *Body Image*. Vol. 15. 2015. p. 90-97.

3 - Doutoranda em Educação Física, Mestre em Ciências Aplicadas à Saúde. Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

4 - Doutor em Ciência dos Alimentos, Docente do Curso de Nutrição. Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves São João Del Rei, Minas Gerais, Brasil.

E-mail dos autores:

anaflavia.silva.p@hotmail.com

israelmauricin@gmail.com

eduarda.alves@uniptan.edu.br

douglas.roberto@uniptan.edu.br

Autor correspondente:

Thainá Richelli Oliveira Resende.

thaina.richelli@gmail.com

Recebido para publicação em 27/01/2023

Aceito em 18/03/2023