

**ESTADO NUTRICIONAL E SINTOMAS DE COMPULSÃO ALIMENTAR E BULIMIA NERVOSA EM UNIVERSITÁRIOS**

Estefanny Parahyba Cardone<sup>1</sup>, Alessandra Doumid Borges Pretto<sup>2</sup>, Larissa Amaral de Matos<sup>3</sup>  
Nátali Fonseca Moraes<sup>4</sup>, Ângela Nunes Moreira<sup>5</sup>

**RESUMO**

**Introdução e objetivo:** Acadêmicos apresentam risco aumentado para desenvolver transtornos alimentares devido à preocupação com a imagem corporal, principalmente alunos de cursos da área da saúde. O objetivo do estudo foi avaliar e comparar o estado nutricional e a prevalência de sintomas de CAP e bulimia nervosa em universitários. **Materiais e métodos:** O estudo foi realizado com 230 universitários e foram avaliados dados socioeconômicos, estado nutricional, prevalência de compulsão e bulimia nervosa. Foram utilizados os questionários: critérios de diagnóstico do Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) e do Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo. Os dados foram analisados no software Stata 14.0®, com significância de 5% ( $p < 0,05$ ). **Resultados e discussão:** Foi observada associação entre sexo e o critério A2 da DSM-5 (sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio de compulsão) entre alunos do curso de Letras, onde 88,10% dos que se enquadravam nesse critério eram do sexo feminino ( $p = 0,005$ ). Foi observado que o risco de bulimia foi maior entre estudantes com sobrepeso e mulheres. **Conclusão:** Observou-se alta prevalência de possíveis casos de diagnóstico de bulimia nervosa entre universitários, independentemente da área do curso.

**Palavras-chave:** Transtornos da alimentação. Bulimia nervosa. Critérios de diagnóstico.

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

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

3 - Mestranda no curso de Pós-Graduação de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande e Nutricionista da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

**ABSTRACT**

**Nutritional status and symptoms of binge eating and bulimia nervosa in university students**

**Introduction and objective:** Academics are at increased risk of developing eating disorders due to concerns about body image, especially students on health courses. The objective of this study was to evaluate and compare nutritional status and the prevalence of binge eating and bulimia nervosa symptoms in university students. **Materials and methods:** The study was carried out with 230 university students and socioeconomic data, nutritional status, prevalence of binge eating and bulimia nervosa were evaluated. The questionnaires were used: diagnostic criteria from the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V) and the Edinburgh Bulimic Investigation Test. The data were analyzed using Stata 14.0® software, with a significance of 5% ( $p < 0.05$ ). **Results and discussion:** An association was observed between sex and DSM-5 criterion A2 (feeling of lack of control over intake during the binge episode) among students of the Literature course, where 88.10% of those who qualified in this criterion, they were female ( $p = 0.005$ ). It was observed that the risk of bulimia was higher among overweight students and women. **Conclusion:** A high frequency of possible cases of diagnosis of bulimia nervosa was observed among university students, regardless of the course area.

**Key words:** Eating disorders. Bulimia nervosa. Diagnostic criteria.

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

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

## INTRODUÇÃO

Transtornos alimentares (TA), de acordo com a 11ª revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11), são padrões alimentares anormais que podem ou não, ser explicados por outras condições de saúde e não são apropriados para o desenvolvimento ou culturalmente.

Esses transtornos envolvem preocupações com alimentos, bem como com peso e forma corporal. Afetam principalmente mulheres, adolescentes e jovens adultas (Santiago, Mendonça, 2022).

O transtorno de compulsão alimentar periódica (CAP) é caracterizado por episódios frequentes e recorrentes de compulsão alimentar ocorrendo uma vez ou mais por semana durante vários meses.

Durante esses episódios, o indivíduo possui uma perda de controle sobre a alimentação, consumindo quantidades maiores do habitual, sentindo-se incapaz de parar de comer ou limitar o tipo ou a quantidade de alimentos ingeridos (Garcia e colaboradores, 2021).

Enquanto a bulimia nervosa (BN) é caracterizada por episódios de CAP sucedido por comportamentos compensatórios inapropriados destinados a prevenir o ganho de peso, como vômito autoinduzido, exercícios extenuantes e uso de métodos laxativos (Sampaio e colaboradores, 2022).

A mídia social tem grande impacto no desenvolvimento de TA em jovens, uma vez que a sociedade impõe um padrão estético magro como ideal de beleza, tornando as pessoas insatisfeitas com o peso e forma corporal.

Na incessante busca pelo “corpo perfeito,” os jovens acabam negligenciando a saúde e mudando hábitos alimentares (Souza, Souza, 2022).

O ingresso na universidade pode gerar mudanças que acabam afetando a qualidade de vida e alimentação, o que pode resultar em comportamentos alimentares disfuncionais (Schiros, Antshel, 2023).

Aliado a isto, a transição da adolescência para a fase adulta pode gerar modificações fisiológicas, psicológicas, afetivas e sociais, o que podem favorecer ao surgimento dos TA (Cruz e colaboradores, 2018; Klassen, 2018).

Devido à preocupação constante com a imagem corporal, estudos apontam que os estudantes da área da saúde apresentam maior risco para o desenvolvimento de TA, principalmente alunos do curso de Nutrição (Kolka e Abayomi, 2012, Sampaio e colaboradores, 2022). Este fato é atribuído a uma grande importância à boa aparência, relacionando-a diretamente com o sucesso profissional (Maia e colaboradores, 2018).

Os TA possuem repercussões físicas, emocionais, nutricionais, comportamentais e psíquicas e é essencial que os profissionais de saúde, especialmente os nutricionistas, estejam atentos aos sintomas e realizem uma avaliação para identificar deficiências nutricionais e prevenir consequências adversas (Ramos e colaboradores, 2016).

Assim, o presente estudo tem como objetivo avaliar e comparar o estado nutricional e a prevalência de sintomas de CAP e de BN em universitários.

## MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa foi realizada com os dados do estudo transversal “Hábitos alimentares e prevalência de episódios de excesso alimentar em estudantes universitários do Sul do Brasil”, produzido pela Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

Os critérios de inclusão foram: alunos com idades de 20 a 60 anos, regularmente matriculados, do primeiro ao último semestre, nos cursos de Nutrição e Letras da UFPel. A coleta de dados ocorreu após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) no período de setembro a outubro de 2019. Os indivíduos foram identificados através do número de matrícula junto às Unidades Acadêmicas. Os participantes foram abordados, nas salas de aula, por pesquisadores devidamente treinados em diferentes momentos e horários. Foram excluídos do estudo, indivíduos que recusaram a assinar o TCLE.

Após a confirmação dos critérios de inclusão e o consentimento dos estudantes, foi aferido o peso e entregues questionários auto aplicados, com questões sobre condições socioeconômicas e consumo alimentar, bem como o Teste de Investigação Bulímica de Edimburgo (Cordás, Hochgraf, 1993).

O peso dos alunos foi aferido através de uma balança da marca Filizola, com capacidade máxima para 200kg e a

sensibilidade de 100g e a altura foi referida. O estado nutricional foi avaliado através do Índice de Massa Corporal (IMC), classificado de acordo com os critérios da OMS.

Referente ao nível socioeconômico dos participantes foi definido por meio da aplicação de um questionário socioeconômico que segue o Critério de Classificação Econômica Brasil (ABEP, 2018).

Para avaliar a prevalência de sintomas de CAP e de BN, foi utilizado o questionário BITE, que objetiva identificar indivíduos que apresentam comportamentos e cognições relacionados à BN e à CAP (Cordás, Hochgraf, 1993).

Após participar da pesquisa, os respondentes receberam um folheto informativo com dicas de alimentação baseado no Guia Alimentar para a População Brasileira (Ministério da Saúde, 2014).

A análise estatística foi realizada no Stata 14.0® e incluiu descrições e associações entre a prevalência de sintomas de compulsão alimentar/BN e as variáveis sociodemográficas,

estado nutricional e curso. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPel sob o parecer nº 3.535.338.

## RESULTADOS

No momento da coleta de dados havia um total de 611 estudantes matriculados nos cursos de Letras e Nutrição. Destes, 230 estudantes concordaram em participar da pesquisa, sendo 68 deles matriculados nos cursos de Letras e 162 em Nutrição.

A Tabela 1 apresenta a caracterização da amostra de estudantes incluída neste estudo. A maioria é do sexo feminino (81,74%), com pele branca (74,35%), estado civil solteiro (83,91%) e pertencentes à classe econômica B2 (32,61%). Foi observada diferença significativa somente quanto ao estado civil entre os estudantes dos cursos, sendo o percentual de casados entre os alunos do curso de Letras (23,53%) foi significativamente maior do que os alunos do curso de Nutrição (11,11%,  $p=0,001$ , Tabela 1).

**Tabela 1** - Caracterização da amostra de estudantes do curso de Nutrição (n=162) e de um curso de outra área de atuação (Letras n=68) de uma Universidade de Pelotas-RS (n = 230).

Variáveis	Estudantes de uma Universidade de Pelotas/RS			Valor de p*
	Total n (%)	Nutrição n (%)	Letras n (%)	
Sexo				0,125
Masculino	42 (18,26)	26 (16,05)	16 (23,53)	
Feminino	188 (81,74)	136(83,95)	52(76,47)	
Cor da pele				0,120
Branco	171 (74,35)	126 (77,78)	45 (66,18)	
Preto	32 (13,91)	21 (12,96)	11 (16,18)	
Pardo	27 (11,74)	15 (9,26)	12 (17,65)	
Estado civil				0,001
Solteiro	193 (83,91)	144 (88,89)	49 (72,06)	
Casado	34 (14,78)	18 (11,11)	16 (23,53)	
Divorciado	3 (1,30)	0 (0,00)	3 (4,41)	
ABEP				0,088
Classe A	19 (8,26)	14 (8,64)	5 (7,35)	
Classe B1	41 (17,83)	34 (20,99)	7 (10,29)	
Classe B2	75 (32,61)	53 (32,72)	22 (32,35)	
Classe C1	56 (24,35)	39 (24,07)	17 (25,00)	
Classe C2	30 (13,04)	19 (11,73)	11 (16,18)	
Classe D/E	9 (3,91)	3 (1,85)	6 (8,82)	

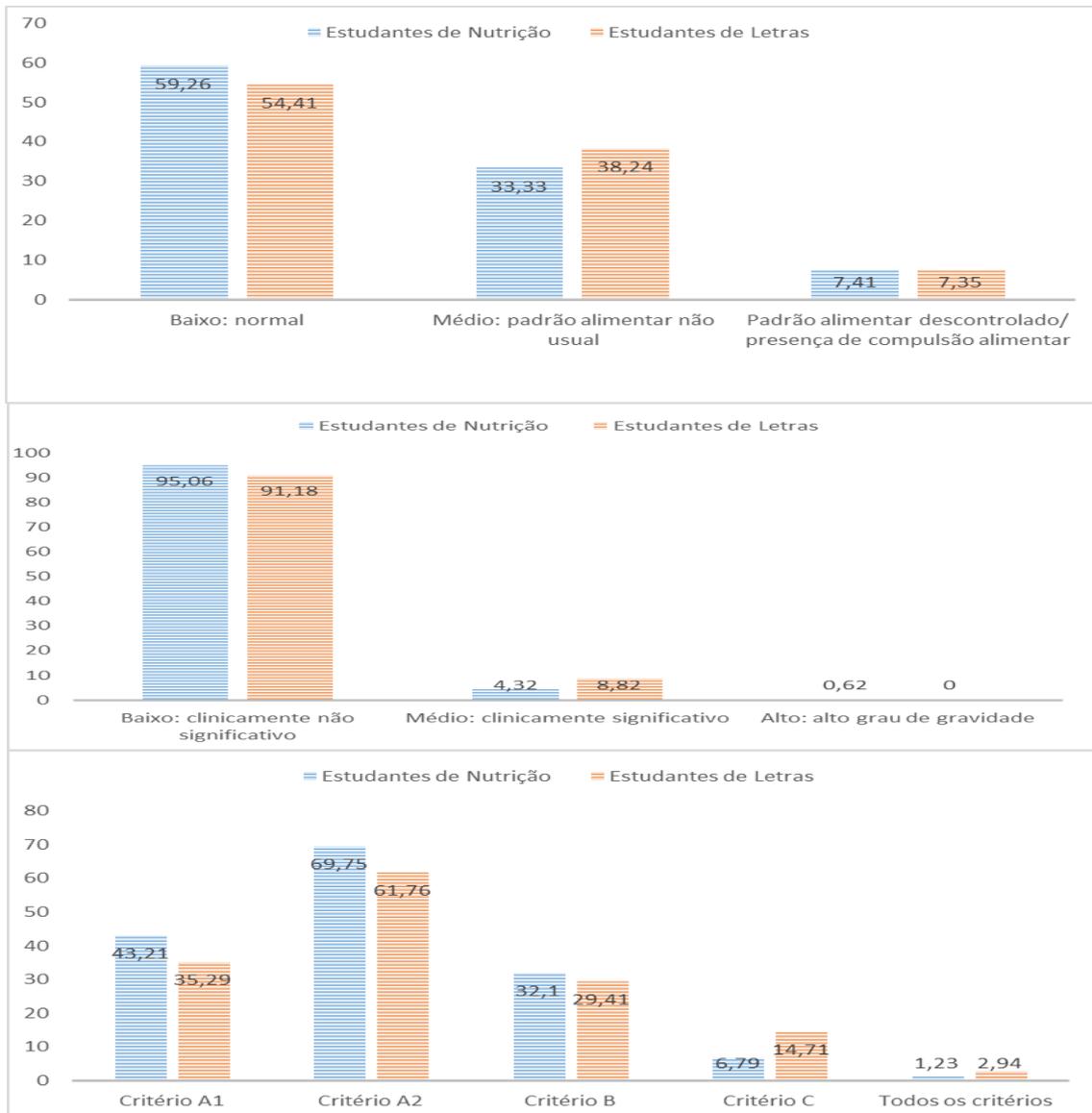
\*Teste Exato de Fisher

Quanto ao estado nutricional entre grupos, uma proporção significativamente maior dos estudantes do Curso de Letras (14,71%) apresentava algum grau de obesidade, em comparação com os estudantes

de Nutrição (5,56%,  $p=0,009$ ). Foi observada também associação entre cor e estado nutricional baseado no IMC entre alunos do curso de Nutrição, onde 88% dos com baixo peso eram brancos ( $p=0,028$ ).

Não foram observadas diferenças significativas na prevalência de BN de acordo com: a escala de sintomas do questionário BITE (Figura 2A), a escala de gravidade (Figura 2B) e os critérios diagnósticos da DSM-5 (Figura 2C). Apesar disto, foram observadas

maiores prevalências de comer descontrolado (0,10%) e alta gravidade de BN (0,62%) entre os estudantes de nutrição, enquanto entre os acadêmicos de Letras foram identificadas maior prevalência de CAP e de comportamentos compensatórios (7,92%).



**Figura 2** - Prevalência de BN de acordo com a escala de sintomas e de gravidade do questionário BITE e de acordo com os critérios diagnósticos da DSM-5 em estudantes do curso de Nutrição (n=162) e do curso de Letras (n=68) de uma universidade de Pelotas-RS (n=230). A) Prevalência de BN de acordo com a escala de sintomas do questionário BITE; B) Prevalência de BN de acordo com a escala de gravidade do questionário BITE; C) Prevalência de BN de acordo com os critérios diagnósticos da DSM-5.

Entretanto, houve diferença significativa nas respostas das questões “Você segue um padrão regular de alimentação?”, “A ideia de ficar gordo(a) o(a) apavora?”, “Você

busca na comida um conforto emocional?” e “Você consideraria seus hábitos alimentares normais?” entre os alunos dos dois cursos, onde as porcentagens de alunos do curso de

Nutrição que responderam “Sim” a essas perguntas foram significativamente maiores ( $p=0,005$ ).

Foi observada associação entre sexo e o critério A2 da DSM-5 (sensação de falta de controle sobre a ingestão durante o episódio de compulsão) entre alunos do curso de Letras, onde 88,10% dos que se enquadravam nesse critério eram do sexo feminino ( $p=0,005$ ). Foi observada associação também entre estado civil e o critério A1 da DSM-5 (episódios recorrentes de CAP) entre alunos do curso de Nutrição, onde uma porcentagem significativamente menor dos que apresentavam esse critério eram casados (5,71%), enquanto 15,22% dos que não apresentavam esse critério, também eram casados ( $p=0,046$ , resultados não apresentados em tabela ou figura).

Com relação ao estado nutricional foram identificadas diferenças significativas entre indivíduos sobrepeso e obesos de acordo com a escala de sintomas, com proporção significativamente maior dos estudantes com padrão alimentar descontrolado/ presença de CAP de acordo com a escala de sintomas do questionário BITE do curso de Letras apresentava sobrepeso (18,42 % versus 4,35% com baixo peso/eutrofia e nenhum com obesidade,  $p=0,005$ ). E uma proporção significativamente maior dos pacientes com CAP moderado do curso de Letras apresentava

sobrepeso (77,78% versus 11,11% com baixo peso/eutrofia ou com obesidade,  $p=0,003$ ).

Entre os estudantes de Nutrição, uma proporção significativamente maior dos estudantes que referiram ter episódios de compulsão alimentar apresentava baixo peso/eutrofia (60,24% versus 33,73% com sobrepeso e 6,02% com obesidade,  $p=0,005$ ) e uma proporção significativamente maior dos estudantes com algum grau de obesidade atenderam ao critério B (comportamentos compensatórios inapropriados recorrentes a fim de impedir o ganho de peso) DSM-5 (77,78% versus 24,35 % com baixo peso/eutrofia e 44,74 % com sobrepeso,  $p=0,001$ , resultados não apresentados em tabela ou figura).

A Tabela 2 apresenta informações sobre as variáveis de idade, peso e IMC dos estudantes de Letras e Nutrição. Houve diferenças significativas na idade, peso corporal e IMC entre os alunos. A mediana de idade dos alunos do curso de Letras (26 anos) era significativamente maior do que a mediana de idade dos alunos do curso de Nutrição (22 anos,  $p < 0,001$ ). As medianas de peso e IMC dos alunos do curso de Letras (69,6 kg e 24,72 kg/m<sup>2</sup>) eram significativamente maiores do que as medianas de peso e IMC dos alunos do curso de Nutrição (63,2 kg e 23,26 kg/m<sup>2</sup>,  $p=0,0151$ ), sendo os valores mínimos e máximos de IMC 17,7 e 44,48 kg/m<sup>2</sup>, respectivamente, para o curso de Letras e de 17 e 33,32 kg/m<sup>2</sup>, para o curso de Nutrição.

**Tabela 2** - Médias  $\pm$  desvio padrão (DP) e medianas das variáveis contínuas de estudantes do curso de Nutrição ( $n=162$ ) e de um curso de outra área de atuação (Letras  $n=68$ ) de uma Universidade de Pelotas-RS ( $n = 230$ ).

	Estudantes de uma Universidade de Pelotas/RS				Valor de p*
	Nutrição		Letras		
	Média $\pm$ DP	Mediana	Média $\pm$ DP	Mediana	
Idade	23,38 $\pm$ 5,67	22	30,10 $\pm$ 10,53	26	<0,05
Peso	64,15 $\pm$ 10,44	63,2	72,09 $\pm$ 18,85	69,6	0,0029
IMC	23,70 $\pm$ 3,36	23,26	25,85 $\pm$ 5,83	24,72	0,0151

DP: Desvio padrão; IMC: Índice de Massa Corporal. \*Teste de Mann-Whitney.

## DISCUSSÃO

A maioria dos universitários pertence ao gênero feminino (81,74%), com uma idade média de 26,05  $\pm$  8,81 anos, resultado semelhante encontrado por Garcia e colaboradores (2021), onde 77,3% da amostra era do sexo feminino, com idade média de 21 anos.

A associação entre escala de sintomas do questionário BITE e sexo, ou seja, a bulimia e o risco desse transtorno foram mais comuns entre as mulheres da amostra, resultado semelhante ao encontrado por Aidar e colaboradores (2020), com estudantes do curso de Medicina. De maneira semelhante, o estudo de Sampaio e colaboradores (2022) verificaram que as estudantes mulheres seguem mais padrões de dietas saudáveis. É importante

atentar até que ponto essas dietas estão sendo realmente saudáveis para esses indivíduos, ao invés de comportamentos alimentares disfuncionais como o hábito de acompanhar dicas alimentares e de consumir alimentos sugeridos pela mídia, de seguir dieta e/ou orientação nutricional sem acompanhamento, e o baixo consumo de calorias e fármacos para a perda de peso.

Por isso, a detecção precoce e o tratamento multidisciplinar, incluindo avaliação nutricional completa, são fundamentais para o tratamento desses pacientes com TA (Beirbigier, Magalhães, 2021).

Beirbigier, Magalhães (2021) observaram que a maioria dos estudantes do curso de Nutrição de uma universidade pública do sul do Brasil apresentava estado nutricional adequado. Maia e colaboradores (2018) observaram um IMC médio de 23,39 Kg/m<sup>2</sup> e uma prevalência de 31% de sobrepeso.

Esses resultados estão em consonância com as descobertas desta pesquisa, na qual 29,01% dos alunos do curso de Nutrição apresentavam excesso de peso, com um IMC médio de 23,70 Kg/m<sup>2</sup>.

No estudo de Sampaio e colaboradores (2019), com estudantes da área de Saúde encontrou que a maioria dos universitários se encontravam eutróficos.

No estudo realizado por Cruz e colaboradores (2018), com estudantes do curso de Nutrição de Bauru, foi encontrada uma média de IMC de 23,58 kg/m<sup>2</sup> e observou-se que 71% encontram-se eutróficos, resultados muito semelhantes aos encontrados no presente estudo.

E no estudo de Garcia e colaboradores (2021) também observaram predominância dos estudantes com peso adequado. Ou seja, vários estudos indicam consistentemente que a maioria dos indivíduos com BN ou CAP apresenta um estado nutricional aparentemente adequado e dentro dos parâmetros esperados. Essa constatação destaca a complexidade desses TA, uma vez que pode ser difícil diferenciar fisicamente os indivíduos afetados com base apenas no estado nutricional (Cruz e colaboradores, 2018; Maia e colaboradores, 2018; Garcia e colaboradores, 2021).

Em um estudo com estudantes de Nutrição da Universidade do Estado de Minas Gerais, relataram que comportamentos alimentares disfuncionais foram verificados em 27,9% dos estudantes. Nascimento e

colaboradores (2020), em estudo com estudantes dos cursos de Enfermagem, Nutrição, licenciatura em Ciências Biológicas e em Educação Física, observaram que o risco de TA foi de 7,4 e de 29,1% para sintomas de BN e Sampaio e colaboradores (2019) observaram que 16% da amostra de estudantes da área da saúde apresentou risco positivo para TA.

Garcia e colaboradores, (2021), utilizando a Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP) para avaliar a prevalência de CAP, identificaram 15% com CAP moderada e 7,1% com CAP grave, e mostraram que o consumo de fast food e alimentos com alto teor de gordura e açúcar pode estar relacionado ao aumento do risco de TA em estudantes de enfermagem. E, entre as estudantes de Nutrição do Ceará avaliadas no estudo de Maia e colaboradores, (2018), 46,14% apresentaram distorção da imagem corporal pelo Body Shape Questionnaire (BSQ); 9,62% tiveram risco de desenvolver TA pelo EAT-26; e 15,38% expressaram comportamento alimentar anormal. Segundo os autores, na população estudada há grande preocupação com o corpo, o que demonstra influência da pressão sociocultural nesse grupo.

O presente estudo observou que uma proporção significativamente maior dos estudantes com padrão alimentar descontrolado/ presença de CAP de acordo com a escala de sintomas do questionário BITE; que referiram ter episódios de CAP; e com CAP moderado do curso de Letras e dos estudantes do curso de Nutrição com CAP moderado apresentava sobrepeso. Aidar e colaboradores (2020) também identificaram maiores escores no EAT-26.

E no estudo de Garcia e colaboradores, (2021), embora o estado nutricional que predominou foi a eutrofia, houve um aumento na média de IMC dos acadêmicos com CAP. Já entre os estudantes de Nutrição do presente estudo, uma proporção significativamente maior dos estudantes que referiram ter episódios de CAP apresentava baixo peso e eutrofia.

Na área da Nutrição, muito se discute sobre a pressão imposta através da mídia e de fatores socioculturais sobre a imagem corporal.

Sampaio e colaboradores (2019) observaram que a maioria dos participantes, independente de apresentar risco para TA ou não, estavam insatisfeitos com o seu corpo e peso, mesmo estando à maioria com o peso

adequado, com média de IMC de 22,75 kg/m<sup>2</sup>, e desejavam perder dois ou mais quilos.

De maneira semelhante, nesta pesquisa foi encontrado que quase dois terços dos alunos de Nutrição e Letras (65,21%) responderam que temem um excesso de peso ao se depararem com a questão do questionário BITE "A ideia de ficar gordo(a) o(a) apavora?", mesmo que mais da metade destes (57,48%) estivessem eutróficos.

Essas informações podem estar associadas ao aumento atual da preocupação exagerada com a imagem corporal e à crescente ocorrência de TA é muito preocupante, pois Muñoz e colaboradores (2020) mostraram que estudantes de graduação que apresentavam comportamentos alimentares restritivos e preocupação excessiva com o peso tinham maior risco de desenvolverem anorexia e BN.

E Aidar e colaboradores, (2020) observaram que seguir alguma dieta, possuir preocupação quanto à quantidade de calorias, ter medo de engordar, ser ansioso, triste e insatisfeito com próprio corpo também foram fatores associados com maiores escores do EAT-26 e podem ser relacionados com um maior risco de desenvolvimento de TA, como a anorexia e a bulimia.

Nascimento e colaboradores (2020) observaram, ao avaliar os sintomas de TA e possíveis associações com o risco de suicídio e sintomas depressivos em uma amostra de estudantes dos cursos de Enfermagem, Nutrição, licenciatura em Ciências Biológicas e licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco, que um percentual de 29,1% dos pesquisados tinham sintomas de BN, dos quais 24,7% obtiveram escore médio e 4,4% tinham escore elevado.

Na escala de gravidade BITE, 6,3% tinham escore clinicamente significativo, e 1,1% escore de gravidade elevada, dados que corroboram o presente estudo, no qual, segundo a escala de sintomas do questionário BITE, 7,39% dos estudantes de ambos os cursos, sendo todos do sexo feminino, apresentaram escore elevado, com presença de comportamento alimentar compulsivo e grande possibilidade de BN.

Da mesma forma, aproximadamente 33,91% dos alunos apresentavam um padrão alimentar atípico, indicando a necessidade de uma avaliação por meio de uma entrevista clínica. Um único estudante (0,43%) relatou sintomas de extrema intensidade, enquanto 13

estudantes (5,65%) demonstraram sintomas de gravidade significativa.

As medianas de peso e IMC dos alunos do curso de Letras (69,6 kg e 24,72 kg/m<sup>2</sup>, respectivamente) eram significativamente maiores do que as medianas de peso e IMC dos alunos do curso de Nutrição. Isso pode estar associado aos conhecimentos adquiridos pelos alunos durante sua formação em Nutrição sobre escolhas alimentares apropriadas.

## CONCLUSÃO

Com base nos resultados encontrados, torna-se necessária a realização de pesquisas acerca de distúrbios e hábitos alimentares nas universidades, o que permitirá oferecer apoio tanto psicológico quanto nutricional aos estudantes, com ênfase especial nas estudantes do sexo feminino, para assim prevenir o desenvolvimento de transtornos alimentares, tendo em vista que esses transtornos têm graves consequências na vida desses indivíduos e que além de afetar a saúde, também afetam a autoestima e a qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

- 1-ABEP. Critério de Classificação Econômica Brasil, 2018. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Disponível em: <https://www.abep.org/criterio-brasil>. Acesso em 8/11/2023.
- 2-Aidar, M.O.I.; Freitas, R.B.; Bastos, G.C.F.C.; Brasileiro, A.A.; Silva, A.M.T.C.; Almeida, R.J. Fatores Associados à Suscetibilidade para o Desenvolvimento de Transtornos Alimentares em Estudantes Internos de um Curso de Medicina. Revista Brasileira de Educação Médica. Vol. 44. Num. 3. 2020. p. 97.
- 3-Beirbigier, M.C.; Magalhães, A.C. Estado nutricional e hábito alimentar de estudantes universitários em instituição pública do Brasil. Saude e pesquisa. Vol. 14. Num. 1. 2021. p. 51-64.
- 4-Cordás, T.A.; Hochgraf, P.O. O "BITE": instrumento para avaliação da bulimia nervosa versão para o português. J Bras Psiquiatr. Num. 42. 1993. p. 141-144.
- 5-Cruz, R.T.; Souza, C.T.; Francisqueti, F.V.; Souza, D.T. Verificação do estado nutricional

de estudantes do curso de Nutrição das Faculdades Integradas de Bauru-SP com enfoque na ortorexia. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 12. Num. 76. 2018. p. 1119-1128.

6-Garcia, S.; Testoni, T.E.; Rosa, R.L. Compulsão alimentar e estado nutricional de universitários de Blumenau-SC. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 15. Num. 95. 2021. p. 627-634.

7-Klassen, K.M.; Douglass, C.H.; Brenamm, L; Truby, H.; Lim, M. Social media use for nutrition outcomes in young adults: a mixed-methods systematic review. *Int J Behav Nutr Phys Act*. Vol. 15. Num. 1. 2018. p.70.

8-Kolka, M.; Abayomi, J. Body image dissatisfaction among food-related degree students. *Nutrition and Food Science*. Vol. 42. Num. 3. 2012. p. 139-147.

9-Maia, R.G.L.; Fiorio, B.C.; Almeida, J.Z.; Silva, F.R. Estado nutricional e transtornos do comportamento alimentar entre estudantes do curso de graduação em nutrição no instituto federal de educação, ciência e tecnologia, Ceará, Brasil. *Alimentação, Nutrição & Saúde*. Vol. 13. Num. 1. 2018. p. 135-145.

10-Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira - Português (Brasil). 2014. Disponível em: <[https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-saude/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf/view](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf/view)>. Acesso em: 4/04/2023.

11-Nascimento, V.S.D.; Santos, A.V.D.; Arruda, S.B.; Silva, G.A.; Cintra, J.D.S.; Pinto, T.C.C.; Ximenes, R.C.C. Association between eating disorders, suicide and depressive symptoms in undergraduate students of health-related courses. *Einstein*. Vol. 18. 2020.

12-Ramos, T.M.B.; Pedrão, L.J.; Ribeiro, D.F.; Andrade, A.D.S. O vínculo entre profissional de saúde e pessoas com transtornos alimentares. *Revista Brasileira de Psicodrama*. Vol. 24. Num. 1. 2016. p. 34-43.

13-Sampaio, H.A.D.C.; Silva, I.A.; Parente, N.D.A.; Carioca, A.A.F. Ambiente familiar e risco de transtorno alimentar entre

universitários da área da saúde. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*. Vol. 14. 2019.

14-Sampaio, K.M.; Oliveira, C.N.; Pretto, A.D.B.; Moreira, A.N. Hábitos alimentares e bulimia nervosa em estudantes de nutrição e letras/português de uma Universidade Pública do Brasil. *São Paulo*. Vol. 16. Num. 101. 2018. p. 270-281.

15-Sampaio, R.; Mendes, I.G.C.; Gois, L.D.D. Relação entre padrões alimentares e estado nutricional em universitários. *Revista Ciência Plural*. Vol. 8. Num. 3. 2022. p. 1-20.

16-Santiago, M.H.; Mendonça, P.M.L. Avaliação da percepção da autoimagem corporal, autoestima e risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em discentes do curso de nutrição do IFCE. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 16, Num. 102. 2022. p. 508-518.

17-Schiros, A.; Antshel, K.M. The relationship between anorexia nervosa and bulimia nervosa, attention deficit/hyperactivity disorder, and suicidality in college students. *Eur Eat Disord Rev*. Vol. 31. Num. 3. 2023. p.390-401.

18-Souza, C.A.; Souza, E.B. prevalência de insatisfação corporal e risco de transtornos alimentares em alunos concluintes de nutrição *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*. São Paulo. Vol. 16. Num. 100. 2022. p. 28-37.

E-mail dos autores:

tete.estefanny.09@gmail.com  
alidoumid@yahoo.com.br  
mtslarissa@gmail.com  
mfonmora@gmail.com  
angelanmoreira@yahoo.com.br

Autor para correspondência:

Alessandra Doumid Borges Pretto  
alidoumid@yahoo.com.br

Recebido para publicação em 03/06/2024

Aceito em 12/10/2024