



**CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS - UNIPAC**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO**

**MÁRCIO AUGUSTO TRINDADE**  
**THALIA GIOVANA GUIMARAES RIBEIRO**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ALTERAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E  
DISTÚRBIO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DE  
UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO SUPERIOR EM BARBACENA-MG**

**BARBACENA**

**2020**

**MÁRCIO AUGUSTO TRINDADE  
THALIA GIOVANA GUIMARAES RIBEIRO**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ALTERAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E  
DISTÚRBIO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DE  
UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO SUPERIOR EM BARBACENA-MG**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharela em Nutrição.

Orientador: Lívia Botelho da Silva Sarkis.

**BARBACENA  
2020**

**MÁRCIO AUGUSTO TRINDADE  
THALIA GIOVANA GUIMARAES RIBEIRO**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE ALTERAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E  
DISTÚRBIO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DE  
UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO SUPERIOR EM BARBACENA-MG**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Curso de Nutrição do  
Centro Universitário Presidente Antônio  
Carlos – UNIPAC, como requisito  
obrigatório para obtenção do título de  
Bacharela em Nutrição.

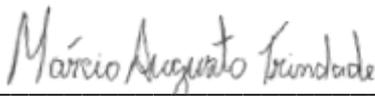
Orientador: Lívia Botelho da Silva Sarkis.

**Entregue em: 07/12/2020**



---

LÍVIA BOTELHO DA SILVA SARKIS



---

MÁRCIO AUGUSTO TRINDADE



---

THALIA GIOVANA GUIMARAES RIBEIRO

**BARBACENA**

**2020**

# ASSOCIAÇÃO ENTRE ALTERAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E DISTÚRPIO DA IMAGEM CORPORAL EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO SUPERIOR EM BARBACENA-MG

Márcio Augusto Trindade<sup>1</sup>

Thalia Giovana Guimaraes Ribeiro<sup>1</sup>

Lívia Botelho da Silva Sarkis<sup>2</sup>

1. Acadêmico do curso bacharelado em nutrição, Centro Universitário Presidente Antônio Carlos-UNIPAC, Barbacena-MG.
2. Professora orientadora do curso de nutrição, Nutricionista, Centro Universitário Presidente Antônio Carlos-UNIPAC, Barbacena-MG.

## RESUMO

**Objetivo:** O objetivo do estudo foi analisar a associação entre comportamento alimentar, insatisfação corporal e consumo alimentar dos estudantes de Nutrição em uma universidade particular de Minas Gerais. **Métodos:** Estudo transversal, do tipo observacional, do qual participaram 103 estudantes, de ambos os sexos, do primeiro ao oitavo período do curso de Nutrição. Para avaliar o comportamento alimentar foi utilizado o Questionário Holandês do Comportamento Alimentar; o consumo alimentar foi avaliado por uma versão reduzida de um Questionário de Frequência Alimentar e a satisfação corporal foi avaliada pela Escala de Satisfação Corporal. **Resultados:** Não foi observada relação estatística entre satisfação corporal e comportamento alimentar ( $p > 0,05$ ) e nem entre satisfação corporal e gênero masculino/feminino ( $p > 0,05$ ), o que, apesar de não ser esperado, pode ser justificado pelo baixo percentual de indivíduos que relataram satisfação com a imagem corporal. Além disso, não houve associação estatística ( $p > 0,05$ ) entre comportamento alimentar e gênero. Em relação ao Questionário Holandês de Comportamento Alimentar, o maior score médio em ambos os gêneros foi de Ingestão Externa ( $p = 0,20$ ) e quanto ao consumo alimentar, observou-se que os alimentos frequentemente consumidos são considerados como adequados segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira. **Conclusão:** Apesar de não ter sido observada associações estatísticas significativas, o elevado percentual de insatisfação com a imagem corporal, por si só, já é um dado alarmante. Portanto, vê-se a necessidade de maiores intervenções nesse público, estudantes de Nutrição.

**Palavras chave:** Comportamento Alimentar. Imagem corporal. Estudantes de ciências de saúde.

## **ABSTRACT**

**Objective:** the objective of this study was to analyse the association between eating behavior, body dissatisfaction and food consumption of the nutrition students in a private university of Minas Gerais. **Methods:** transversal studies of the observational type, of which 103 students participated, of both sexes, studying from the first to the eighth nutrition's semester. To evaluate the eating behavior was used the Dutch Eating Behavior Questionnaire; the food consumption was evaluated by a reduced version of a Eating Frequency Questionnaire and the body satisfaction was evaluated by the Scale of Body Satisfaction. **Results:** It wasn't observed any statistic relation between body satisfaction and eating behavior ( $p > 0,05$ ) and neither between body satisfaction and genre male/female ( $p > 0,05$ ), what even though wasn't expected can be justified by the low percentage of individuals that related satisfaction with their body image. Besides, there was no statistic association ( $p > 0,05$ ) between eating behavior and genre. As of the Dutch Form of Eating Behavior, the biggest medium score for both genres was external ingestion ( $p = 0,20$ ) and about the food consumption was observed that the frequently consumed food were considered adequate according to the Eating Guide for the Brazilian Population. **Conclusion:** Even though there wasn't observed any significant statistic associations, the high percentage of dissatisfaction with the body image for itself is an alarming data. Therefore, there is a necessity of bigger interventions in this community of nutrition students.

**Keywords:** Feeding Behavior. Body Image. Students, Health Occupations.

## 1 INTRODUÇÃO

O perfil nutricional da população brasileira nas últimas décadas, sofreu grandes mudanças, observando-se redução na prevalência de desnutrição e aumento da obesidade.<sup>1</sup> Diante dessa transição nutricional, o profissional Nutricionista tem se tornado cada vez mais importante frente ao desafio de estimular o consumo de refeições saudáveis.<sup>2</sup> Este assume uma função essencial auxiliando os indivíduos a estabelecer hábitos saudáveis e de promover o consumo de alimentos adequados às necessidades nutricionais, aos recursos disponíveis e à cultura de cada indivíduo.<sup>3</sup>

Entretanto, evidências atuais da literatura têm apontado que, especialmente, nutricionistas e estudantes de nutrição, são os mais propensos a apresentarem transtornos relacionados à alimentação. Por lidarem diretamente com essa área, estes são pressionados a terem uma alimentação adequada e saudável, que sirva como “padrão alimentar” para a sociedade. Nessa situação, o ato de comer corretamente vai além dos princípios de promover saúde e acaba sendo um comportamento socialmente desejável, o que coloca esse grupo em risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares.<sup>4-9</sup>

Com um amplo conhecimento quantitativo e qualitativo, os estudantes de Nutrição, possuem uma base sobre as propriedades dos alimentos, o que pode influenciar de maneira positiva o consumo e o comportamento alimentar destes acadêmicos. Entretanto, na prática, estas influências não são determinantes, pois ainda há desequilíbrios no estado nutricional ou na alimentação de muitos destes alunos.<sup>10</sup> Problemas envolvendo a alimentação destes estudantes podem ser cada vez mais relacionados ao nível de conhecimento adquirido ao longo da graduação, podendo desencadear o desenvolvimento de transtornos alimentares.<sup>11</sup>

Além disso, Maria *et al.*<sup>12</sup> observaram que, universitários, possuem insatisfação corporal devido à cobrança da sociedade e por serem considerados padrão de boa saúde e, por isso, apresentam maior prevalência de transtornos.<sup>12</sup> A partir do exposto é verificado que transtornos alimentares e a insatisfação com o próprio corpo podem iniciar desde a graduação e permanecer ao longo da vida profissional.

O presente estudo apresentou como objetivo associar a alteração do comportamento alimentar e o distúrbio da imagem corporal em estudantes de nutrição de uma Instituição Privada na cidade de Barbacena-MG.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional, do tipo transversal, que foi realizado em uma Instituição Privada na cidade de Barbacena-MG. Foram incluídos todos os alunos do curso de Nutrição matriculados do primeiro ao último período. Foram excluídos todos aqueles que se recusaram a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice 1).

O perfil sócio demográfico foi avaliado por meio de um questionário semi-estruturado desenvolvido pelos próprios autores (Apêndice 2).

Para avaliação do comportamento alimentar foi utilizado o Questionário Holandês de Comportamento Alimentar (QHCA)<sup>13</sup>, validado para o português por Viana & Sinde (2003).<sup>14</sup> O questionário é composto por 33 itens, avaliados em uma escala cotada entre 1 e 5 (nunca/ raramente/ às vezes/ frequentemente/ muito frequentemente), compondo 3 subescalas: restrição alimentar (10 itens); ingestão emocional (13 itens); e ingestão externa (10 itens) (Anexo 1).

O consumo alimentar foi avaliado por meio de uma versão reduzida do Questionário de Frequência Alimentar (QFA) utilizado no Estudo Longitudinal de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil)<sup>15</sup>, que contém 76 itens alimentares (Anexo 2).

Por fim, para a avaliação da satisfação corporal, foram aplicadas duas imagens de escala corporal, adaptadas por Frederick *et al.* (2007)<sup>16</sup>, no qual o indivíduo realizou uma auto avaliação e escolheu o número da silhueta que considera semelhante à sua aparência corporal real e o número da silhueta que deseja possuir (Anexo 3).

A pesquisa se norteou na Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde<sup>16</sup>, que abrange os aspectos envolvidos nas pesquisas com seres humanos, após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos, sob o CAAE nº 22596419.0.0000.5156 e número de parecer nº 3.679.221. A todos os participantes foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi assinado pelos mesmos.

Os dados coletados foram analisados pelo software SPSS® versão 20.0, através de frequência percentual para as variáveis categóricas e medidas de tendência central para as variáveis quantitativas. Para associação das variáveis categóricas, foi aplicado teste qui-quadrado, e para associação das variáveis quantitativas, foi aplicado teste T para amostras independentes. Todos os testes foram aplicados considerando um nível de significância de 5% ( $p < 0,05$  sendo significativo).

### 3 RESULTADOS

Foram coletados dados de 103 estudantes, com média de idade de  $23 \pm 6$  anos, sendo a maioria (62,1% / n= 64) do sexo feminino, solteiros (88,3% / n= 91) e com média salarial familiar de 1 a 2 salários mínimos (55,3% / n= 57).

Com relação à insatisfação corporal 91,8% (n=89) apresentavam-se insatisfeitos com imagem corporal. Entretanto, não foi observada associação estatística ( $p > 0,05$ ) entre satisfação corporal e comportamento alimentar e nem entre satisfação corporal e gênero, demonstrando que a presença de insatisfação estava igualmente presente entre os indivíduos com diferentes tipos de comportamento alimentar (restritivo, emocional ou ingestão externa) e os gêneros masculino e feminino. Tais associações estão demonstradas nas Tabelas 1 e 2.

Tabela 1. Associação entre satisfação corporal e comportamento alimentar de estudantes de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior, Barbacena-MG

<b>Componente do QHCA</b>	<b>Satisfação corporal*</b>	<b>Média <math>\pm</math> Desvio-padrão do QHCA</b>	<b>Valor de <math>p</math></b>
Restrição Alimentar	Satisfeito	$2,5 \pm 0,7$	$p = 0,90$
	Insatisfeito	$2,5 \pm 0,9$	
Ingestão Emocional	Satisfeito	$2,9 \pm 0,8$	$p = 0,30$
	Insatisfeito	$2,6 \pm 0,9$	
Ingestão Externa	Satisfeito	$3,3 \pm 0,6$	$p = 0,60$
	Insatisfeito	$3,2 \pm 0,6$	

QHCA: Questionário Holandês de Comportamento Alimentar;  $p$ : valor de probabilidade segundo o teste T para amostras independentes, considerando 5% de significância.<sup>17</sup>

\*Para a satisfação corporal, considerou-se os resultados obtidos pela aplicação da Escala de Silhuetas, adaptadas por Frederick *et al.* (2007)<sup>14</sup>.

Fonte: Próprio autor, 2020.

Tabela 2. Associação entre satisfação corporal e gênero de estudantes de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior, Barbacena-MG.

<b>Gênero</b>	<b>Satisfação corporal*</b>	<b>Valor de <math>p</math></b>
Feminino	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6,6% satisfeitas</li> <li>• 93,4% insatisfeitas</li> </ul>	$p = 0,40$
Masculino	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8,2% satisfeitos</li> <li>• 91,8% insatisfeitos</li> </ul>	

$p$ : valor de probabilidade segundo o teste qui-quadrado, considerando 5% de significância.

\*Para a satisfação corporal, considerou-se os resultados obtidos pela aplicação da Escala de Silhuetas, adaptadas por Frederick *et al.* (2007)<sup>14</sup>.

Fonte: Próprio autor, 2020.

Após a aplicação do Questionário Holandês do Comportamento Alimentar (QHCA) foi observado score médio de  $2,5 \pm 0,9$  na categoria de Restrição Alimentar; score médio de  $2,6 \pm 0,9$  em Ingestão Emocional e score médio de  $3,2 \pm 0,6$  em Ingestão Externa, demonstrando que o consumo alimentar dos avaliados é influenciado principalmente por estímulos externos (ex.: cheiro do alimento). Ao associar o comportamento alimentar com o gênero masculino/feminino observou-se que não houve associação estatística ( $p > 0,05$ ) entre gênero e comportamento alimentar, conforme demonstrado na Tabela 3.

Tabela 3. Associação entre comportamento alimentar e gênero de estudantes de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior, Barbacena-MG.

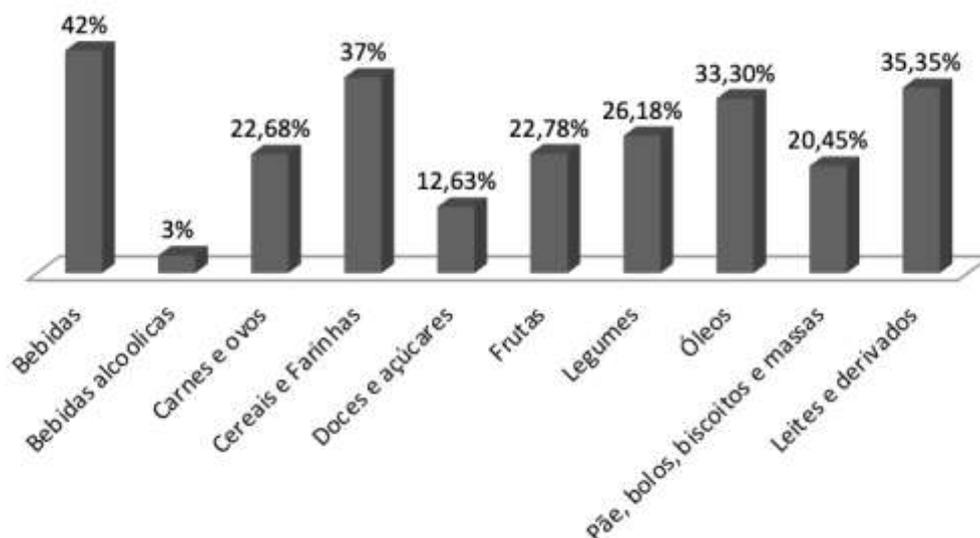
<b>Componente do QHCA</b>	<b>Gênero</b>	<b>Média <math>\pm</math> Desvio-padrão do QHCA</b>	<b>Valor de <math>p</math></b>
Restrição Alimentar	Feminino	$2,5 \pm 0,9$	$p = 0,70$
	Masculino	$2,4 \pm 0,9$	
Ingestão Emocional	Feminino	$2,5 \pm 0,9$	$p = 0,30$
	Masculino	$2,7 \pm 0,9$	
Ingestão Externa	Feminino	$3,2 \pm 0,6$	$p = 0,20$
	Masculino	$3,3 \pm 0,6$	

QHCA: Questionário Holandês de Comportamento Alimentar;  $p$ : valor de probabilidade segundo o teste T para amostras independentes, considerando 5% de significância.<sup>17</sup>

Fonte: Próprio autor, 2020.

Com a análise do Questionário de Frequência Alimentar (QFA) foi observado o consumo  $\geq 5$  vezes na semana, dos grupos alimentares descritos no Gráfico 1.

Gráfico 1. Consumo alimentar  $\geq 5$  vezes/semana de grupos alimentares por estudantes de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior, Barbacena-MG.



Fonte: Próprio autor, 2020.

Além disso, a partir da avaliação do Questionário de Frequência Alimentar (QFA) foi possível observar os 5 alimentos mais consumidos e os 5 alimentos menos consumidos, conforme demonstrado na Tabela 4.

Tabela 4. Comparação entre os alimentos mais consumidos e os menos consumidos por estudantes de Nutrição de uma instituição privada de ensino superior, Barbacena-MG.

Mais consumidos		Menos consumidos	
Arroz	85,5%	Bucho/dobradinha	1,1%
Alho	83,9%	Melão	2,0%
Feijão	83,8%	Pudim	3,1%
Café	74,0%	Sorvete Cremoso	4,1%
Leite	67,7%	Vagem	5,1%

Fonte: Próprio autor, 2020.

#### 4 DISCUSSÃO

De acordo com os resultados obtidos, foi observado elevado percentual de insatisfação corporal (91,8%) pelos estudantes de Nutrição. Tal resultado foi semelhante aos encontrados por outras pesquisas. Ainett (2017)<sup>18</sup> realizou pesquisa semelhante com estudantes de Nutrição, encontrando também um alto percentual (69,2%) de insatisfação corporal. Costa (2010)<sup>19</sup> realizou uma pesquisa com estudantes da área de saúde em geral, e também observou elevado percentual de insatisfação com a imagem corporal.

Em outro estudo, realizado por Silva (2011)<sup>20</sup>, foi avaliada a insatisfação corporal em estudantes de Educação Física, sendo encontrado também um alto percentual de insatisfação corporal, tanto no sexo masculino (62,8%) quanto no sexo feminino (67%). Tais resultados revelam que estudantes de ambos os sexos possuem insatisfação corporal, não havendo diferença estatística entre os gêneros, resultado igual ao presente estudo.

Miranda e colaboradores (2012)<sup>21</sup> avaliaram a insatisfação corporal de universitários de diferentes áreas de conhecimento (76,6% / n= 535), através da Escala de Silhuetas Brasileiras para adultos. Entretanto, diferente dos estudos acima citados, os estudantes do sexo feminino tiveram maior índice de insatisfação corporal.<sup>21</sup> Oliveira *et al.* (2019)<sup>22</sup> também revelam elevada prevalência de insatisfação corporal entre estudantes do sexo feminino de nutrição (n=140). Tal diferença entre os gêneros nas referidas pesquisas pode ter sido encontrada devido ao uso de uma ferramenta diferente da utilizada na presente pesquisa. De uma maneira em geral, observa-se que em diversos estudos há elevada frequência de insatisfação corporal entre estudantes.

A partir da análise da frequência alimentar, observada no Gráfico 1, é possível observar maior consumo de bebidas, cereais e farinhas, leites e derivados. Ademais, por meio da Tabela 4 observa-se que os alimentos frequentemente consumidos são considerados como adequados segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014).<sup>23</sup> Tais resultados assemelham-se aos observados por Matias (2010)<sup>24</sup>, que revelam elevada frequência de consumo de alimentos saudáveis (in natura) e baixo consumo de alimentos não saudáveis (industrializados). Entretanto, o estudo presente revelou baixo consumo de frutas (22,7%), apresentando semelhança ao estudo de Domingues (2019)<sup>25</sup>, no qual também foi verificado baixo consumo de frutas (16,5%).

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014)<sup>23</sup> recomenda que alimentos in natura ou minimamente processados sejam a base da alimentação, devendo-se preferir o consumo desses alimentos ao consumo de alimentos processados e ultraprocessados. Alimentos in natura não sofrem alterações após sua separação da natureza e alimentos minimamente processados são submetidos a pequenos processos que não envolvem agregação de substâncias ao alimento original, portanto, comprovadamente trazem diversos benefícios para a saúde humana. Já os alimentos processados e ultraprocessados, envolvem a agregação de componentes ao alimento, visando aumentar sua durabilidade, o que pode trazer malefícios à saúde, dependendo da quantidade que são consumidos.

Com relação a carnes e ovos, foi observado baixo consumo (22,68%) entre os estudantes. Esse dado é distinto de Feitosa (2010)<sup>26</sup> que revela elevado consumo (80,2%) desse grupo alimentar.

Oliveira *et al.* (2015)<sup>27</sup> se contrapõe ao resultado obtido e aos estudos mencionados acima, revelando em sua pesquisa uma baixa frequência de consumo diário de frutas, laticínios e hortaliças e alimentos saudáveis (naturais) entre as acadêmicas de nutrição.

Os dados obtidos pelo Questionário Holandês de Comportamento Alimentar, descritos na Tabela 3, demonstram que o consumo alimentar dos estudantes de nutrição é influenciado principalmente por estímulos externos (ex.: cheiro do alimento). Tais resultados foram semelhantes aos encontrados por Magalhães (2012)<sup>10</sup> que também demonstrou em sua pesquisa o predomínio da ingestão determinada por fatores externos, em estudantes de nutrição.

Resultados distintos foram encontrados por Penaforte (2016)<sup>28</sup>, que avaliou estudantes universitários por meio de outro questionário, o *Three Factor Eating Questionnaire-21* (TFEQ21), revelando que a ingestão emocional (associada a estresse) foi predominante.

Ao avaliar a associação entre comportamento alimentar e gênero masculino/feminino, observou-se que não houve associação estatística significativa ( $p > 0,05$ ) entre essas variáveis, conforme descrito na Tabela 3. Resultado diferente do encontrado por Ferreira (2018)<sup>29</sup> que avaliou a associação entre comportamento alimentar e gênero de adultos em uma Universidade privada, observando que no gênero feminino, a maior pontuação foi relacionada ao comportamento de restrição

(média de 31,3), enquanto no gênero masculino a maior pontuação foi relacionada à ingestão externa (média de 30,9). Nesse caso, o número de estudantes avaliados foi menor (n= 50), e a maioria (64% /n=32) do sexo feminino, o que pode ser uma justificativa para os resultados serem diferentes do presente estudo.

Pinto (2019)<sup>30</sup>, a partir da avaliação do estilo alimentar pelo QHCA em estudantes de educação física revelou que em ambos os gêneros, masculino e feminino, predominou comportamento alimentar por ingestão externa, assemelhando-se aos resultados obtidos pela presente pesquisa. Entretanto, Costa (2017)<sup>31</sup> revelou que entre estudantes de enfermagem, a alimentação emocional foi prevalente, utilizando para a avaliação o mesmo instrumento, o QHCA.

Vale ressaltar que Magalhães (2010)<sup>10</sup>, ao avaliar o comportamento alimentar pelo QHCA, pressupõe que o centro universitário é o local que colabora para formação de conceitos e hábitos alimentares de estudantes e participa da responsabilidade da manutenção de saúde de todos integrantes.<sup>10</sup> Nesse sentido, é necessário a atenção ao comportamento alimentar de estudantes, especialmente do curso de Nutrição, por estarem diretamente envolvidos com a área de alimentação.

## 5 CONCLUSÃO

A partir dos resultados obtidos, concluiu-se que neste estudo, há uma elevada prevalência de insatisfação corporal em ambos os gêneros (feminino e masculino), sem diferença estatística. Além disso, os graduandos de nutrição apresentaram comportamento alimentar principalmente influenciado por fatores externos. A ingestão alimentar avaliada indica prevalência de alimentos minimamente processados, indicando que as escolhas alimentares são adequadas segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira.

Não foi observada associação entre satisfação corporal e comportamento alimentar e nem entre satisfação corporal e gênero, o que, apesar de não ser esperado, pode ser justificado pelo baixo percentual de indivíduos que relataram satisfação com a imagem corporal. Entretanto, o elevado percentual de insatisfação, por si só, já é um dado alarmante. Portanto, vê-se a necessidade de maiores intervenções sobre esse público, estudantes de Nutrição, de forma a melhorar o grau de satisfação com a imagem corporal e a manter os hábitos alimentares saudáveis já adquiridos, que podem sofrer alteração em virtude deste elevado grau de insatisfação.

## REFERÊNCIAS

1. Kac G, Velásquez-Meléndez G. A transição nutricional e a epidemiologia da obesidade na América Latina. *Cad. Saúde Pública*, 19 (Sup. 1): S4-S5, 2003.
2. Aquino JK, Pereira P, Reis VMCP. Hábito e consumo alimentar de estudantes do curso de nutrição das faculdades de Montes Claros - Minas Gerais. *Revista Multitexto*. 2015, 3(1):82-88.
3. Matias CT, Fiore EG. Mudanças no comportamento alimentar de estudantes do curso de nutrição em uma instituição particular de ensino superior. *Nutrire Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. J. Brazilian Soc. Food Nutr.*, São Paulo. 2010, 35(2): 53-66.
4. Kinzl JF, Hauer K, Traweger C, Kiefer I. Orthorexia nervosa in dieticians. *Psychother Psychosom*. 2006;75(6):395-6.
5. Souza QJOV, Rodrigues AM. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. *J Bras Psiquiatr*. 2014;63(3):200-4.
6. Alvarenga MS, Martins MC, Sato KS, Vargas SV, Philippi ST, Scagliusi FB. Orthorexia nervosa behavior in a sample of Brazilian dietitians assessed by the Portuguese version of ORTO-15. *EatWeightDisord*. 2012;17(1):e29-35.
7. Korinth A, Schiess S, Westenhofer J. Eating behaviour and eating disorders in students of nutrition sciences. *Public Health Nutr*. 2010;13(1):32-7.
8. Fidan T, Ertekin V, Işıkay S, Kirpınar I. Prevalence of orthorexia among medical students in Erzurum, Turkey. *Compr Psychiatry*. 2010;51(1):49-54.
9. Araújo KL, Pena PGL, Freitas MCS, Diez-Garcia RW. Estigma do nutricionista com obesidade no mundo do trabalho. *Rev Nutr*. 2015;28(6):569-79.

10. Magalhães P, Motta D G da. Uma abordagem psicossocial do estado nutricional e do comportamento alimentar de estudantes de nutrição. *rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.* 2012;29(2):118-132.
11. Silva J D, Silva A B J, Oliveira AV K O, Nemer A S A. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. *Rev. Ciência & Saúde Coletiva.* 2012; 17(12): 3399-3406.
12. Maia R G L, Fiorio B de C, Almeida J Z de, Silva F R da. 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. *Ver Bras Nutr Clin* 2014; 29 (2): 122-8.
13. Van Strien T, Frijters J, Bergers G, Defares P. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders.* 1986, 5: 295-315.
14. Viana V, Sinde S. Estilo alimentar: adaptação e validação do questionário holandês do comportamento alimentar. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática.* 2003, 1:59-71.
15. Mannato LW, Pereira TSS, Velasquez-Melendez G, Cardoso LO, Benseñor IM, Molina M del CB. Comparison of a short version of the Food Frequency Questionnaire with its long version - a cross-sectional analysis in the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). *Sao Paulo Med. J.* [Internet]. 2015; 133(5): 414-420.
16. Frederick DA, et al. Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychology of Men & Masculinity.* 2007, 8(2):103.
17. Brasil. Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012.

18. Ainet W do S de O, Costa V V L, Sá N N B de. Fatores associados á insatisfação com a imagem corporal em estudantes de nutrição. RBONE. 2017; 11(62): 75-78.
19. Costa K C B C, Santos N de O, Modesto S E F, Benute G R G, Lôbo R C de M M, Lucia M C S de. Insatisfação corporal em estudantes universitários da área de saúde nos Estados de Alagoas e Sergipe. Mudanças – Psicologia da Saúde. 2010; 18 (1-2): 1-6.
20. Silva T R da, Saenger G, Pereira É F. Fatores associados à imagem corporal em estudantes de Educação Física. Motriz: rev. educ. fis. 2011;17(4):630-639.
21. Miranda V P N, Filgueiras J F, Neves CM, Teixeira P C, Ferreira M E C. Insatisfação corporal em universitários de diferentes áreas de conhecimento. J. bras. psiquiatr. 2012; 61(1):25-32.
22. Oliveira T C , Bering T, Oliveira J R T, Segri N J. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. Rev Sigmae. 2019;8(2) :771-778.
23. Brasil. Ministério da saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed., – Brasília: ministério da saúde, 2014.
24. Matias C T, Fiore E G. Mudanças no comportamento alimentar de estudantes do curso de nutrição em uma instituição particular de ensino superior. Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr. 2010; 35( 2):53-66.
25. Domingues G de S, Conter L F, Andersson G B, Pretto A D B. Perfil e práticas alimentares de estudantes de nutrição. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. 2019;13 (77):46-53.
26. Feitosa E P S, Dantas C A de O, Warta E R S A, Marcellini P S, Netto R S M. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no Nordeste, Brasil. Alim. Nutr. 2010;21(2):225-230.

27. Oliveira A C, Moraes J M M, Nunes P P, Gomes E do Vale, Viana D A L, Arruda S P M. Hábitos alimentares de acadêmicas do primeiro e do último ano de cursos de graduação em Nutrição no estado do Maranhão. Rev Nutrire. 2015;40(3):328-336.
28. Penaforte F R de O, Matta N C, Japur C C. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. Rev Demetra. 2016; 11(1); 225-237.
29. Ferreira P D A A, Sampaio M M M, Cavalcante A C M, Monteiro T F, Pinto F J M, Arruda S P M. Caracterização do comportamento alimentar e estado nutricional de adultos. Motri.2018;14(1):252-258.
30. Pinto J L da S, Mariano M R, Sampaio R M M. Comportamento alimentar e estado nutricional de estudantes de educação física. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. 2019;13( 82): 923-929.
31. Costa J W S. Impactos do estresse e sua associação com o comportamento alimentar dos graduandos em enfermagem. [Dissertação]. Natal: Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2017.

## APÊNDICE 1

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

O Sr. (a) está sendo convidado (a) como voluntário (a) a participar da pesquisa **“Associação entre alteração do comportamento alimentar e distúrbio da imagem corporal em estudantes de uma instituição privada de ensino superior em Barbacena-MG”**. Nesta pesquisa pretendemos avaliar a associação do comportamento alimentar com a insatisfação corporal de graduandos do curso de Nutrição e Engenharia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos - campus Barbacena. O motivo que nos leva a estudar é a necessidade de avaliar o comportamento alimentar de estudantes de Nutrição, associando à satisfação corporal, e comparar essas mesmas variáveis de estudantes que não sejam dessa área, visando alertar os profissionais envolvidos com tal formação, de forma a prevenir possíveis transtornos alimentares dos alunos.

Para esta pesquisa adotaremos os seguintes procedimentos: O Sr. (a) irá responder a quatro questionários: (1) Questionário sociodemográfico, que inclui informações sobre idade, gênero, estado civil e renda familiar mensal; (2) Questionário Holandês do Comportamento Alimentar para avaliar comportamento alimentar; (3) Versão reduzida do Questionário de Frequência Alimentar para avaliar o seu consumo habitual de alimentos; e (4) Escala de satisfação corporal. Os riscos envolvidos na pesquisa consistem em riscos mínimos, podendo ocorrer apenas um possível constrangimento que poderá surgir durante a aplicação dos questionários. Caso ocorra constrangimento, o participante poderá ser encaminhado ao serviço de Psicologia oferecido na Clínica Escola do UNIPAC-Barbacena. A pesquisa contribuirá para a conscientização das pessoas, visando demonstrar o quanto é relevante avaliar o comportamento alimentar e a satisfação corporal, especialmente, de estudantes do curso de Nutrição, possibilitando possíveis intervenções sobre a situação encontrada.

Para participar deste estudo o Sr (a) não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Apesar disso, caso sejam identificados e comprovados danos provenientes desta pesquisa, o Sr.(a) tem assegurado o direito a indenização. O Sr. (a) terá o esclarecimento sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar e estará livre para participar ou recusar-se a participar. Poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. A sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade ou modificação na forma em que o Sr. (a) é atendido (a). O pesquisador tratará a sua identidade com padrões profissionais de sigilo. Os resultados da pesquisa estarão à sua disposição quando finalizada. Seu nome ou o material que indique sua participação não será liberado sem a sua permissão. O (A) Sr (a) não será identificado (a) em nenhuma publicação que possa resultar.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias originais, sendo que uma será arquivada pelo pesquisador responsável, no Centro Universitário Presidente Antônio Carlos - UNIPAC / Barbacena-MG, e a outra será fornecida ao Sr. (a). Os dados e instrumentos utilizados na pesquisa ficarão arquivados com o pesquisador responsável por um período de 5 (cinco) anos, e após esse tempo serão destruídos. Os pesquisadores tratarão a sua identidade com padrões profissionais de sigilo, atendendo a legislação brasileira (Resolução Nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde), utilizando as informações somente para os fins acadêmicos e científicos.

Eu, \_\_\_\_\_, portador do documento de Identidade \_\_\_\_\_ fui informado (a) dos objetivos da pesquisa “**Associação entre alteração do comportamento alimentar e distúrbio da imagem corporal em estudantes de uma instituição privada de ensino superior em Barbacena-MG**”. De maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Sei que a qualquer momento poderei solicitar novas informações e modificar minha decisão de participar se assim o desejar.

Declaro que concordo em participar. Recebi uma via original deste termo de consentimento livre e esclarecido e me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Barbacena, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2019.

---

Assinatura do Participante

---

Assinatura do(a) Pesquisador(a)

**Nome do Pesquisador Responsável: Livia Botelho da Silva Sarkis**

**Endereço: Rodovia MG 338, Km 12, Colônia Rodrigo Silva - Barbacena - MG**

**CEP: 36.202-143 / Barbacena**

**Fone: (32) 9 9116-1943**

**E-mail: liviasarkis@unipac.br**

## APÊNDICE 2

### QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

**NOME:** \_\_\_\_\_

**DATA DE NASCIMENTO:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**DATA DA AVALIAÇÃO:** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**IDADE:** \_\_\_\_\_ ANOS

**SEXO:** ( ) MASC ( ) FEM

**ESTADO CIVIL:** ( ) CASADO(A) ( ) SOLTEIRO(A) ( ) SEPARADO(A) ( ) VIÚVO(A)

#### **RENDA FAMILIAR**

( ) ABAIXO DO SALÁRIO MÍNIMO

( ) 1 A 2 SALÁRIOS

( ) 2 A 3 SALÁRIOS

( ) ACIMA DE 3 SALÁRIOS

## ANEXO 1

### QUESTIONÁRIO HOLANDÊS DE COMPORTAMENTO ALIMENTAR

**01. Você tem desejo de comer quando se sente irritado (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**02. Se a comida lhe parece apetitosa, você come mais do que o habitual?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**03. Sente desejo de comer quando não tem nada para fazer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**04. Se o seu peso aumenta, você come menos do que o habitual?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**05. Tem desejo de comer quando se sente deprimido (a) ou desanimado (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**06. Se a comida cheira bem ou tem bom aspecto, você come mais do que o habitual?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**07. Você recusa comida ou bebidas, por estar preocupado (a) com seu peso?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**08. Tem desejo de comer quando se sente sozinho (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**09. Se você vê ou sente o aroma de algo muito gostoso, sente desejo de comer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**10. Sente desejo de comer quando alguém o (a) deixa “pra baixo”?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**11. Durante as refeições, você tenta comer menos do que gostaria de comer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**12. Se você tem alguma coisa muito saborosa para comer, come-a de imediato?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**13. Tem desejo de comer quando se sente zangado (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**14. Você controla rigorosamente o que come?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**15. Quando passa por uma padaria, sente vontade de comprar algo gostoso?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**16. Sente desejo de comer quando alguma coisa desagradável parece estar prestes a acontecer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**17. Você come, propositadamente, alimentos pouco “engordativos”?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**18. Se vê alguém comendo, sente também desejo de comer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**19. Quando come demais em um dia, você procura comer menos no dia seguinte?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**20. Tem desejo de comer quando se sente ansioso (a), preocupado (a) ou tenso (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**21. Você consegue deixar de comer alimentos muito apetitosos?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**22. Você come menos, propositalmente, para não aumentar o seu peso?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**23. Sente desejo de comer quando as coisas não estão indo bem?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**24. Quando você passa por uma confeitaria ou lanchonete, sente desejo de comer alguma coisa gostosa?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**25. Tem desejo de comer quando se sente impaciente?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**26. Você evita comer entre as refeições porque está controlando o peso?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**27. Você come mais do que o habitual quando vê alguém comendo?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**28. Você tem desejo de comer quando se sente aborrecido (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**29. Você tenta não comer, fora das refeições, porque está controlando o peso?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**30. Tem desejo de comer quando se sente amedrontado (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**31. Você leva em consideração o seu peso, quando escolhe o que vai comer?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**32. Tem desejo de comer quando se sente desapontado (a) ou desiludido (a)?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

**33. Quando você prepara uma refeição, sente desejo de petiscar alguma coisa?**

Nunca / raramente / às vezes / frequentemente / muito frequentemente

<b>Escalas</b>	<b>Questões</b>
Restrição Alimentar	4, 7, 11, 14, 17, 19, 22, 26, 29, 31
Ingestão Emocional	1, 3, 5, 8, 10, 13, 16, 20, 23, 25, 28, 30, 32
Ingestão Externa	2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27, 33

Fonte: Van Strien T, Frijters J, Bergers G, Defares P. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*. 1986, 5: 295-315

















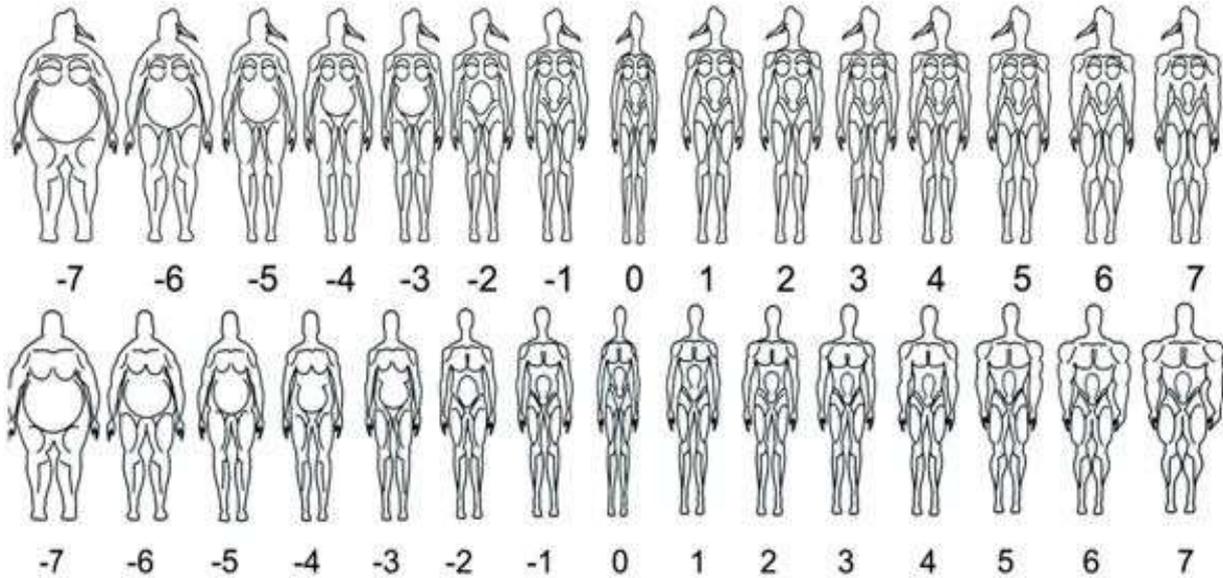
	Alimento		Quantidade consumida por vez	Mais de 3x/dia	2 a 3x/dia	1x/dia	5 a 6x semana	2 a 4x semana	1x semana	1 a 3x/mês	Nunca/quase nunca	Referiu consumo sazonal
70.	Suco Natural	( ) com açúcar ( ) sem açúcar ( ) com adoçante	_____ Copo de requeijão									
71.	Suco industrializado	( ) com açúcar ( ) sem açúcar ( ) com adoçante	_____ Copo de requeijão									
72.	Suco Artificial	( ) com açúcar ( ) sem açúcar ( ) com adoçante	_____ Copo de requeijão									
73.	Chimarrão		_____ Garrafa térmica									
74.	Cerveja		_____ Copo americano									
75.	Vinho	( ) Tinto ( ) Branco	_____ Taça									
76.	Bebidas alcoólicas destiladas (cachaça, whisky, vodka)		_____ Dose									

Fonte: Mannato LW, Pereira TSS, Velasquez-Melendez G, Cardoso LO, Benseñor IM, Molina M del CB. Comparison of a short version of the Food Frequency Questionnaire with its long version - a cross-sectional analysis in the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil). Sao Paulo Med. J. [Internet]. 2015; 133(5): 414-420

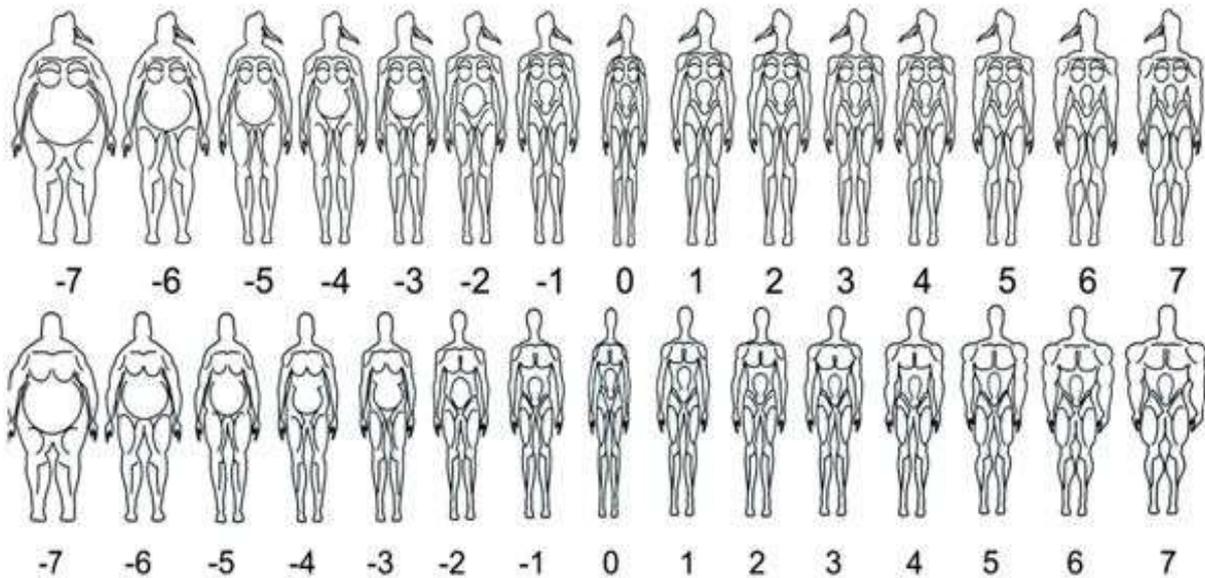
### ANEXO 3

#### ESCALA CORPORAL ADAPTADAS POR FREDERICK ET AL. (2007)

Qual número da figura abaixo corresponde ao seu corpo? \_\_\_\_\_



Qual número abaixo corresponde ao corpo que você gostaria de ter? \_\_\_\_\_



Fonte: Frederick DA, et al. Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychology of Men & Masculinity*. 2007, 8(2):103.