

COMPORTAMENTO ALIMENTAR E IMAGEM CORPORAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DIANA DE ARAUJO EYMAEL¹; ANTONIO ORLANDO FARIAS MARTINS FILHO²;
DÉBORA SIMONE KILPP²; LUCIA ROTA BORGES²; ANNE Y CASTRO
MARQUES²; RENATA TORRES ABIB BERTACCO³

¹Universidade Federal de Pelotas – diana-eymael@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – antonioorlandofmf@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – dekilpp@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – luciarotaborges@yahoo.com.br

²Universidade Federal de Pelotas – annezita@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – renata.abib@ymail.com

1. INTRODUÇÃO

O comportamento alimentar pode ser compreendido como a relação do indivíduo com os alimentos, que engloba desde sentimentos e escolha, até a ingestão (VAZ et al., 2014). Estudos evidenciam que há três dimensões psicológicas do comportamento alimentar, as quais são denominadas como alimentação emocional, restrição cognitiva e descontrole alimentar (LEITÃO et al., 2013; NATACCI e FERREIRA JÚNIOR, 2011; VIEIRA et al., 2019). A alimentação emocional, refere-se ao ato de alimentar-se em razão de algum sentimento, já a restrição cognitiva, como o próprio nome sugere, é a restrição de alimentos em função do emagrecimento, e o descontrole alimentar é referente a perda do controle frente aos alimentos (VIEIRA et al., 2019). Salienta-se ainda, que os mesmos podem ser influenciados por fatores externos, como fatores sociais e culturais (ALVARENGA et al., 2015).

Conceitos e padrões que idealizam a magreza podem influenciar o comportamento das pessoas no controle de peso corporal (CLAUMANN et al., 2014). Estes, podem acarretar em uma imagem negativa de si mesmo, além de, níveis elevados de insatisfação corporal em adultos jovens (SCHERER et al., 2010; LIZOT et al., 2018). Assim, a imagem corporal é caracterizada pelos sentimentos e percepções em relação ao corpo, englobando a forma como os indivíduos pensam, sentem e se comportam a respeito de seus atributos físicos (FERNANDES et al. 2017).

Ressalta-se que a questão da imagem corporal ainda é pouco elucidada em idosos.

Diante deste contexto, o objetivo do presente estudo foi realizar uma busca na literatura com o propósito de identificar publicações relacionadas ao comportamento alimentar e imagem corporal de adultos e/ou idosos.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura realizada com o propósito de identificar publicações que relacionassem o comportamento alimentar à imagem corporal de adultos e/ou idosos. A base de dados utilizada foi o Pubmed, e a busca foi realizada através da combinação dos seguintes descritores em saúde indexados: “*feeding behavior*”, “*eating behavior*”, “*body image*”, “*adult*”, e “*aged*”. Foram incluídos os seguintes limites para busca: estudos publicados nos idiomas inglês, português e espanhol, publicados nos últimos 10 anos e estudos realizados com seres humanos.

Foram excluídos os artigos duplicados e realizada a seleção através da leitura dos títulos, e, após, feita a leitura dos resumos considerados relevantes. Por último, os artigos foram selecionados a partir de uma leitura integral dos mesmos, sendo incluídos estudos realizados com indivíduos adultos e/ou idosos (≥ 18 anos de idade) que investigassem a sua relação do comportamento alimentar e a sua imagem corporal. Os critérios de exclusão foram: estudos realizados com outras faixas etárias. Assim, foram incluídos 7 artigos no presente estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 07 artigos incluídos na revisão, a maioria (57,1%) teve sua publicação entre os anos de 2015 a 2020, três foram realizados na América (42,8%), dois foram realizados na Ásia e dois na Europa. A maioria dos estudos incluídos são transversais (71,4%) e com amostras de até 1000 indivíduos ($n=05$), todos foram realizados com adultos ($n=07$). Em relação ao sexo, três estudos foram realizados apenas com mulheres (42,9%) e quatro estudos com ambos os sexos (57,1%).

Sobre os mesmos, um estudo transversal realizado no Japão, conduzido por OHARA et al. (2014), contou com 548 indivíduos, de ambos os sexos e observou que as mulheres apresentaram pontuações mais altas que os homens nos três domínios do comportamento alimentar, além disso, a restrição alimentar foi negativamente associada à forma corporal, tanto em homens quanto em mulheres.

SILVA et al. (2018), realizaram estudo transversal, com uma amostra de 640 participantes e identificaram menores níveis de insatisfação corporal e menores pontuações de restrição alimentar em homens. Corroborando com dados do estudo de OLIVEIRA DA SILVA et al. (2018), que contou com a participação de 6727 homens e 8037 mulheres, e também observaram níveis de insatisfação com a autoimagem mais baixos no sexo masculino.

JÁUREGUI-LOBERA et al. (2014), realizaram estudo transversal com 281 indivíduos, de ambos os sexos e observaram escores mais altos de alimentação emocional em participantes com escores mais baixos de autoimagem ($p < 0,05$). CARRAÇA et al. (2011), realizaram um estudo em Portugal, com 239 mulheres acima do peso, onde observaram que o comportamento alimentar foi previsto positivamente pela alteração da imagem corporal mediada pela imagem corporal avaliativa de si mesma ($p < 0,05$).

DIMITROV et al. (2018), em estudo clínico randomizado e controlado com 58 mulheres obesas (grupo intervenção $n=39$; grupo controle $n=19$), realizado no Brasil, observaram que o grupo intervenção apresentou melhora significativa nas pontuações de autoimagem após tratamento, o qual abordava entre outros aspectos, a educação nutricional. KHALAF et al. (2015), realizaram estudo com 663 mulheres universitárias, adultas, e encontraram uma conformidade entre imagem corporal real, percebida e ideal em apenas 23% da amostra.

Contudo, pode-se observar que o sexo masculino apresentou pontuações menores tanto no comportamento alimentar (OHARA et al., 2014), quanto na imagem corporal negativa de si mesmo (SILVA, et al., 2018; OLIVEIRA DA SILVA, et al., 2018). Nota-se ainda, que o comportamento alimentar e a autoimagem apresentaram relação significativa (JÁUREGUI-LOBERA et al., 2014; CARRAÇA et al., 2011), e que a educação nutricional pode ter influência sobre a autoimagem (DIMITROV et al., 2018), além disso foi possível observar que a autoimagem real, percebida e ideal não apresentaram conformidade entre si (KHALAF et al., 2015).

4. CONCLUSÕES

Considerando os achados dos estudos incluídos na presente revisão, pode-se concluir, de maneira geral, que foram observadas maiores pontuações nos domínios do comportamento alimentar pelo sexo feminino, assim como maiores níveis de imagem corporal negativa. E que identificar indivíduos que estão insatisfeitos com o corpo é uma importante informação para ações que auxiliem e elevem a adoção de comportamentos saudáveis. Verificou-se também a escassez de estudos que abordem a relação do comportamento alimentar e imagem corporal, principalmente em idosos. Assim, estudos que contemplem essa população tornam-se cada vez mais importantes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVARENGA, M; ANTONACCIO, C; FIGUEIREDO, M; TIMERMAN, F. Nutrição Comportamental. **Manole**, Brasil, p. 576, 2015.

CARRAÇA, EV; SILVA, MN; MARKLAND, D; et al. Body image change and improved eating self-regulation in a weight management intervention in women. **Int J Behav Nutr Phys Act**, v. 18, n. 8, p. 75, 2018.

CLAUMANN, GS; PEREIRA, EF; INÁCIO, S; SANTOS, MC; MARTINS, AC; PELEGRINI, A. Satisfação com a imagem corporal em acadêmicos ingressantes em curso de educação física. **Revista de Educação Física/UEM**, v. 25, n. 4, p. 575- 583, 2014.

DIMITROV, UM; PINTO, AJ; DE MORAIS SATO, P, et al. Effects of a new intervention based on the Health at Every Size approach for the management of obesity: The "Health and Wellness in Obesity" study. **PLoS One**, v. 13, n. 7, 2018.

FERNANDES, ACCF; SILVA, ALS; MEDEIROS, KF; QUEIROZ, N; MELO, LMM. Avaliação da auto-imagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. **Rbne Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 63, 2017.

JÁUREGUI-LOBERA, I; GARCIA-CRUZ, P; CARBONERO-CARREÑO, R; et al. Psychometric Properties of Spanish Version of the Three-Factor Eating Questionnaire-R18 (Tfeq-Sp) and Its Relationship with Some Eating- and Body Image-Related Variables. **Nutrients**, v. 6, n. 12, p. 5619–5635, 2014.

KHALAF, A; WESTERGREN, A; BERGGREN, V; EKBLOM, O; AL-HAZZAA, HM. Perceived and Ideal Body Image in Young Women in South Western Saudi Arabia. **Journal of Obesity**, Article ID 697163, 2015.

LEITÃO, M; PIMENTA, F; HERÉDIA T; LEAL, I. Comportamento alimentar, compulsão alimentar, história de peso e estilo de vida: diferenças entre pessoas com obesidade e com uma perda de peso bem-sucedida. **Alim Nutr. Braz J Food Nutr**, v. 24, n. 4, p. 393-340, 2013.

LIZOT, LAB; NICOLETTO, BB. Comportamento alimentar e imagem corporal em acadêmicos de nutrição de uma universidade privada da serra gaúcha. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 12, n. 76, p. 1141-1149, 2018.

NATACCI, LC; FERREIRA JUNIOR, M. The three factor eating questionnaire - R21: tradução para o português e aplicação em mulheres brasileiras. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 24, n. 3, p. 383-394, 2011.

OHARA, K; KATO, Y; TOMOKI, M; et al. Eating behavior and perception of body shape in Japanese university students. **Eat Weight Disord**, Japão, v. 19, n. 4, p. 461–468, 2014.

OLIVEIRA DA SILVA, P; GUIMARÃES, JMN; GRIEP, RH; MELO, ECP; MATOS, SMA; MOLINA, MDC; BARRETO, SM; DA FONSECA, MJM. Association between Body Image Dissatisfaction and Self-Rated Health, as Mediated by Physical Activity and Eating Habits: Structural Equation Modelling in ELSA-Brasil. **Int J Environ Res Public Health**, v. 18, n. 15, 2018.

SCHERER, FC; MARTINS, CR; PELEGRINI, A; MATHEUS, SC; PETROSKI, EL. Imagem corporal em adolescentes: associação com a maturação sexual e sintomas de transtornos alimentares. **Jornal Brasileiro Psiquiatria**, v. 59, n. 3, p. 192-202, 2010.

SILVA, WRD; CAMPOS, JADB; MARÔCO, J. Impact of inherent aspects of body image, eating behavior and perceived health competence on quality of life of university students. **PLoS One**, v. 22, n. 13, 2018.

VAZ, DSS; MARIBENNEMANN, R. Eating behavior and food habit: a review. **Revista UNINGÁ Review**, v. 20, n. 1, p.108-112, 2014.

VIEIRA, TQ; BERLEZE, KJ. Relação entre o estado nutricional e o comportamento alimentar dos funcionários de uma escola estadual de gravataí. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 13, n. 79, p.457-463, 2019.