

# COMPORTAMENTO ALIMENTAR E TRANSTORNO DE COMPULSÃO ALIMENTAR EM ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE DO SUL DO BRASIL

**CAMILA NOGUEIRA OLIVEIRA<sup>1</sup>; ALESSANDRA DOUMID BORGES PRETTO<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – camilanogoliveira@gmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – alidoumid@yahoo.com.br*

## 1. INTRODUÇÃO

Comportamento alimentar é o conjunto de atitudes que baseiam as escolhas alimentares dos seres humanos e sua relação com os alimentos (MOREIRA et al., 2018). Tal tomada de decisões, quando se trata de alimentação, torna-se um processo pautado por diversos fatores, como ambiente sociocultural, questões emocionais e fases da vida, para além de apenas fatores biológicos (PENAFORTE et al., 2016).

A entrada na universidade é considerado um momento de transição na vida dos estudantes, uma vez que essa movimentação leva a uma maior responsabilidade, devido as novas demandas e exigências acadêmicas bem como uma maior liberdade na escolha e preparo de alimentos, tendo em vista que muitos jovens acabam saindo da casa dos pais para estudar. Esta modificação pode acabar sendo estressante e causar impactos negativos no comportamento alimentar destes estudantes (PENAFORTE et al., 2016).

Devido à alteração no comportamento alimentar, aliada ao desgaste gerado pelas atividades acadêmicas, estudantes universitários se tornam bastante propensos a desenvolverem transtornos alimentares, principalmente aqueles cujos cursos estão relacionados a imagem corporal (MARQUES et al. 2015).

Dentre os transtornos alimentares observados está o Transtorno de Compulsão Alimentar. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014), é considerado um episódio de compulsão alimentar a ingestão, em um determinado período de tempo, de uma quantidade de alimentos maior do que a maioria das pessoas conseguiram consumir em períodos de tempo e em circunstâncias semelhantes. Para que haja diagnósticos do transtorno é necessário que os episódios ocorram ao menos uma vez por semana durante três meses, sem uso de métodos compensatórios, levando ao sentimento de desconforto e ao sofrimento.

Dante do exposto, o presente trabalho objetivou avaliar os hábitos alimentares e presença de compulsão alimentar entre estudantes de uma Universidade Federal do Sul do Brasil, bem como avaliar a correlação entre essas variáveis.

## 2. METODOLOGIA

Estudo transversal e descritivo com estudantes universitários, cuja amostra foi composta por adultos, de ambos os sexos, regularmente matriculados nos cursos de Nutrição e Letras/Português da Universidade Federal de Pelotas. Como critérios de exclusão, enquadram-se aqueles que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Para a coleta de dados, que ocorreu de setembro a outubro de 2019, foram obtidas as listas com nome e semestre dos alunos que mantinham vínculo acadêmico no segundo período de 2019 junto às Unidades Acadêmicas. Durante o período da coleta dos dados, entrevistadores treinados se dirigiram às salas de aulas, em dias alternados, convidando os alunos a participarem da pesquisa. Após a leitura, consentimento e confirmação dos critérios de inclusão, os participantes responderam um questionário autoaplicado sobre condições socioeconômicas, hábitos alimentares e de vida, bem como um questionário contendo a Escala da Compulsão Alimentar Periódica (GORMALLY et al., 1982), onde foi acrescentada uma questão sobre a percepção do participante sobre a ocorrência de episódios compulsivos. Além disso, foi aferida a medida de peso utilizando uma balança da marca *Filizola®*, com capacidade de 200kg e sensibilidade de 100g. A medida de altura foi referida pelo participante no questionário.

Para avaliação do estado nutricional foi utilizado o Índice de Massa Corporal (IMC), onde é feita a razão entre o peso em quilogramas e a altura em metros ao quadrado ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). O critério diagnóstico foi baseado nos índices da World Health Organization (1995) para população adulta, onde IMC menor que  $18,5\text{kg}/\text{m}^2$  seria baixo peso, sobrepeso para IMC de 25 a  $29,9\text{kg}/\text{m}^2$ , obesidade grau I para IMC de 30 a  $34,9\text{kg}/\text{m}^2$ , obesidade grau II para IMC de 35 a  $39,9\text{kg}/\text{m}^2$  e obesidade grau III para IMC maior que  $40\text{kg}/\text{m}^2$ .

A determinação do nível socioeconômico foi feita através do questionário socioeconômico baseado no Critério de Classificação Econômica Brasil, da Associação Brasileira de Empresas e Pesquisas (ABEP, 2018).

Para avaliação do consumo alimentar foi utilizado o Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar para indivíduos com cinco anos ou mais do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN, onde o hábito alimentar é configurado através do número de dias em que o participante relata consumir determinado alimento (BRASIL, 2008).

As análises estatísticas descritivas e de correlação foram realizadas no pacote estatístico *Stata 14,0®*, com significância estatística de 5% ( $p<0,05$ ). O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pelotas sob parecer de número 3.517.191.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com as listas de matriculados obtidas nas Juntas Acadêmicas, haviam 611 alunos com vínculo acadêmico no cursos que compuseram a amostra no segundo semestre de 2019. Participaram da pesquisa 230 alunos, sendo destes, 68 do curso de Letras/Português e 162 do curso de Nutrição. Foram contabilizadas 9 recusas e as demais perdas foram expressivas devido à ausência de alunos nas salas de aula nos dias em que foram realizadas as coletas. Além disso, muitos estudantes não foram localizados por se encontrarem realizando estágio curricular fora do campus universitário.

A maioria dos participantes deste estudo é do sexo feminino (81,7%), com média de idade de 25 anos, sendo a variação de idade entre 18 e 59 anos. O peso variou entre 42kg a 127,5kg, sendo o peso médio de 66,49kg. Já o IMC variou entre  $18,5\text{kg}/\text{m}^2$  a  $44,6\text{kg}/\text{m}^2$ , com média de  $24,33\text{kg}/\text{m}^2$ . Com relação ao estado nutricional, a maioria estava eutrófico (65,2%), porém um número significativo de participantes encontrava-se com excesso de peso (34,8%). Quanto à classe socioeconômica, a maior parte dos estudantes é pertencente à classe econômica D/E (58,3%), dados semelhantes aos observados nos estudos

de REIS et al. (2014) e SILVA et al. (2018), onde a maioria da amostra também foi de mulheres, com idade média de 23 e 20 anos respectivamente, eutróficas e pertencentes à classe econômica D/E.

Ao analisar os hábitos alimentares, percebeu-se que os alunos apresentavam consumo de carnes 7 dias por semana (65,7%), biscoitos doces no máximo um dia por semana (26,1%), nunca consumir frituras (36,1%), embutidos (39,1%), biscoitos salgados (35,7%) e refrigerantes (62,2%), evidenciando que há adequação no consumo destes alimentos. Contudo, notou-se que houve inadequação no consumo de feijão, leite, frutas e legumes, onde apenas 29,6%, 28,7%, 42,6% e 25,2% respectivamente, relataram consumir diariamente estes alimentos. Diferentemente do encontrado neste estudo, MARQUES et al. (2015) observou que grande parte dos estudantes apresentavam hábitos alimentares inadequados, com grande consumo de gorduras e baixo consumo de fibras, necessitando de uma maior atenção à alimentação e estilo de vida.

Ao avaliar o transtorno de compulsão alimentar, percebeu-se que 9,6% (n=22) dos estudantes apresentavam o transtorno, sendo o mais prevalente no curso de Letras/Português (14,7%), enquanto que a prevalência no curso de Nutrição foi de 7,4%. Corroboram tais resultados o que foi observado por VITOLO et al. (2006) onde 18,1% das participantes apresentaram o transtorno, porém houve maior prevalência entre estudantes da área da saúde (20,7%) se comparadas a estudantes da área de humanas (16,4%). Em contraponto ao baixo índice do transtorno observado, 52,2% dos estudantes relataram perceber episódios compulsivos, sendo que 54,4% dos alunos de Letras/Português apresentam tal percepção enquanto 51,2% dos alunos de Nutrição notam os episódios de compulsão, dados que divergem do encontrado por LOCATTELLI et al. (2017), onde 53,3% das universitárias relatavam não perceber episódios de compulsão alimentar enquanto 46,7% percebiam tais episódios.

Quando correlacionado a percepção de episódios de compulsão com estado nutricional, foi observada maior prevalência em indivíduos com sobrepeso ( $p=0,00$ ), constatando que há associação entre as variáveis. Com relação à alimentação, o consumo de salada crua ( $p=0,02$ ), legumes ( $p=0,03$ ) e biscoitos salgados ( $p=0,01$ ), estiveram associados a apresentar algum grau de compulsão alimentar, enquanto que os demais alimentos não apresentaram correlação. Já as variáveis curso e compulsão alimentar não apresentação associação estatística ( $p=0,09$ ).

#### 4. CONCLUSÕES

A amostra apresentou hábitos alimentares inadequados para alimentos cujo consumo é extremamente importante tendo em vista o aporte de vitaminas e minerais e uma significativa porcentagem de percepção de episódios compulsivos, o que pode levar ao desenvolvimento do transtorno em si no futuro. É necessário o acompanhamento desses estudantes, através de investigações como a deste estudo, para que seja possível elaborar uma intervenção por meio da prestação de serviços nutricionais e psicológicos aos alunos que precisarem de tal suporte.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de Classificação Econômica Brasil. 2018. Acessado em 24 set. 2020. Online. Disponível em: <http://www.abep.org/criterio-brasil>

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5.** Porto Alegre: Artmed, 2014. 5d.

BRASIL. Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN. Ministério da Saúde. 2008. Acessado em 24 set. 2020. Online. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MTI4Ng==>

GORMALLY, J.; BLACK, S.; DASTON, S.; RARDIN, D. The assessment of binge eatings everity among obese persons. **Addictive Behaviors**, Elsevier, v.7, n.1, p.47-55, 1982.

LOCATELLI, B.M.J.; DINIZ, J.S.; TAKI, M.S. Prevalência de transtorno de compulsão alimentar em universitárias de diferentes áreas de estudo em uma universidade de Várzea Grande-MT. **Mostra de Trabalhos do Curso de Nutrição do Univag**, Várzea Grande, v.2, p.21-31, 2017.

MARQUES, I.B.S.; MIRANDA, A.S.; SANTANA, R.F.; DUTRA, E.V.; SILVA, J.M. Padrão alimentar, compulsão alimentar e satisfação com a imagem corporal em universitárias. **Revista de Inovação, Tecnologia e Ciências**, Vitória da Conquista, v.1, n.1, p.126-137, 2015.

MOREIRA, M.M.; COSTA, D.G.; SANTOS, V.S.; CARLETO, C.T.; BRAGA, A.M.R.; CARVALHO, B.T.; PEDROSA, L.A.K. Avaliação do comportamento alimentar de estudantes da área da saúde de uma universidade pública. **Revista Brasileira de Educação e Cultura**, São Gotardo, v.17, n.13, p.180-188, 2018.

PENAFORTE, F.R.O.; MATTA, N.C.; JAPUR, C.C. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. **Revista Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde**, Rio de Janeiro, v.11, n.1, p.225-237, 2016.

REIS, J.A.; SILVA JÚNIOR, C.R.R.; PINHO, L. Fatores associados ao risco de transtornos alimentares entre acadêmicos da área da saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v.33, n.2, p.73-78, 2014.

SILVA, G.A.; XIMENES, R.C.C.; PINTO, T.C.C.; CINTRA, J.D.S.; SANTOS, A.V.; NASCIMENTO, V.S. Consumo de formulações emagrecedoras e risco de transtornos alimentares em universitários de cursos da saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Recife, v.68, n.4, p. 239-246, 2018.

VITOLO, M.R.; BORTOLINI, G.A.; HORTA, R.L. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v.28, n.1, p.20-26, 2006.

Word Health Organization. **Physical status: the use and interpretation of antrophometry. Report of a WHO Expert Committee**. Geneva: 1995.