



**MAYLA HAIANNY SOUZA SANTOS
THAIS MARA DE SOUZA**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO
ALIMENTAR E A PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM
CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DOS CURSOS DA
ÁREA DA SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO
SUL DE MINAS GERAIS**

**LAVRAS-MG
2023**

**MAYLA HAIANNY SOUZA SANTOS
THAIS MARA DE SOUZA**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PERCEPÇÃO DA
AUTOIMAGEM CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA DO SUL DE MINAS GERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade Federal de Lavras como parte
das exigências para obtenção do título de
Bacharel em Nutrição.

Prof (a). Dr (a). Marcella Lobato Dias Consoli

Orientadora

Danielle Aparecida Caetano Rodrigues

Coorientadora

**LAVRAS – MG
2023**

**ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PERCEÇÃO DA
AUTOIMAGEM CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA
UNIVERSIDADE PÚBLICA DO SUL DE MINAS GERAIS**

**ASSOCIATION BETWEEN EATING BEHAVIOR AND THE PERCEPTION OF BODY
SELF-IMAGE IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE HEALTH AREA OF A PUBLIC
UNIVERSITY IN THE SOUTH OF MINAS GERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Universidade Federal de Lavras como parte
das exigências para obtenção do título de
Bacharel em Nutrição.

_____ em 02 de março de 2023

Carolina Valeriano de Carvalho professora do
DNU/UFLA

Gessimara Martins de Paiva Ribeiro PPGNS/DNU

Prof (a). Dr (a). Marcella Lobato Dias Consoli
Orientadora

Danielle Aparecida Caetano Rodrigues
Coorientadora

**LAVRAS – MG
2023**

ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM CORPORAL EM UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DO SUL DE MINAS GERAIS

ASSOCIATION BETWEEN EATING BEHAVIOR AND THE PERCEPTION OF BODY SELF-IMAGE IN UNIVERSITY STUDENTS IN THE HEALTH AREA OF A PUBLIC UNIVERSITY IN THE SOUTH OF MINAS GERAIS

ASSOCIAÇÃO ENTRE O COMPORTAMENTO ALIMENTAR E A PERCEPÇÃO DA AUTOIMAGEM CORPORAL

ASSOCIATION BETWEEN EATING BEHAVIOR AND THE PERCEPTION OF BODY SELF-IMAGE

CONTAGEM TOTAL DE PALAVRAS DO MANUSCRITO: 5155

Mayla Haianny Souza Santos¹; Thais Mara de Souza¹; Danielle Aparecida Caetano Rodrigues ²
Marcella Lobato Dias Consoli³.

¹ Universidade Federal de Lavras (UFLA), Departamento de Nutrição (DNU), discentes do curso de Bacharelado em Nutrição.

² Universidade Federal de Lavras (UFLA), Departamento de Nutrição (DNU), discente do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde (PPGNS)

³ Universidade Federal de Lavras (UFLA), Departamento de Nutrição (DNU), docente do curso de Bacharelado em Nutrição.

Versão preliminar de artigo escrito nas normas da revista *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*.

RESUMO

Objetivo: Investigar a associação existente entre o comportamento alimentar e a autopercepção da imagem corporal em acadêmicos dos cursos da área da saúde, de uma universidade pública do sul de Minas Gerais. **Método:** Trata-se de uma pesquisa de corte transversal, realizada com estudantes da área da saúde, regularmente matriculados nos cursos de Educação Física e Nutrição (Licenciatura e Bacharelado). A avaliação ocorreu em universitários dos períodos iniciais, sendo respectivamente primeiro, segundo e terceiro e dos últimos períodos, sendo sétimo, oitavo e novo. O estudo foi conduzido no formato online, sendo disponibilizados questionários via Google Formulários. O comportamento alimentar foi avaliado por meio do questionário *Three Factor Eating Questionnaire – R21* (TFEQ-r21) e a percepção da autoimagem corporal foi avaliada pela Escala de Silhuetas. Todas as análises estatísticas foram realizadas no programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS). **Resultados:** Participaram da pesquisa 76 estudantes, dos quais a maioria eram do sexo feminino (85%), com mediana de idade igual a 21 (19 -23,75) anos e 64,5% se encontravam-se no início do curso sendo, no primeiro, segundo e terceiro período. Estudantes matriculados no final do curso apresentam maiores escores de restrição cognitiva em comparação com aqueles matriculados no início do curso ($p<0,05$). Da amostra total, 72% se autodeclararam insatisfeitos com sua percepção da autoimagem corporal. Estudantes de Nutrição demonstraram-se insatisfeitos com sua imagem corporal, tanto para o início (72%) como no final do curso (77%), tal fato também ocorreu para os estudantes de Educação Física no qual (64%) foram considerados insatisfeitos. Quando comparado a associação entre o comportamento alimentar com a percepção da autoimagem corporal nos universitários demonstrou que não houve associação entre domínios de descontrole alimentar e restrição cognitiva com percepção corporal da autoimagem ($p<0,05$). **Conclusão:** Os estudantes matriculados no final do curso apresentaram maiores escores de restrição cognitiva em comparação com aqueles matriculados no início do curso, além disso, os graduandos de Nutrição e Educação Física se consideram insatisfeitos em relação a sua percepção auto imagem corporal tanto no início como no final do curso, podendo demonstrar portanto que o comportamento alimentar adotado pelos alunos pode estar associado com o desejo de modificar o peso (ganho ou perda) em relação a sua percepção da autoimagem corporal.

Palavras-chave: Comportamento Relacionado à Alimentação. Estudantes. Insatisfação com a Imagem Corporal. Padrões estéticos.

ABSTRACT

Objective: To investigate the existing association between eating behavior and self-perception of body image in academics of courses in the health area of a public university in the south of Minas Gerais. **Method:** This is a cross-sectional study, carried out with students in the health area, regularly enrolled in Physical Education and Nutrition courses (Bachelor and Bachelor). The evaluation took place in university students from the initial periods, being respectively first, second and third, and from the last periods, being seventh, eighth and new. The study was conducted in an online format, with questionnaires available via Google Forms. Eating behavior was assessed using the Three Factor Eating Questionnaire – R21 (TFEQ-r21) and the perception of body self-image was assessed using the Silhouette Scale. All statistical analyzes were performed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program. **Results:** 76 students participated in the research, of which the majority were female (85%), with a median age of 21 (19 -23.75) years and 64.5% were at the beginning of the course in the first, second and third period. Students enrolled at the end of the course have higher cognitive restriction scores compared to those enrolled at the beginning of the course ($p<0.05$). Of the total sample, 72% declared themselves dissatisfied with their perception of body self-image. Nutrition students were dissatisfied with their body image, both at the beginning (72%) and at the end of the course (77%). When comparing the association between eating behavior and the perception of body self-image in university students, it was shown that there was no association between the domains of uncontrolled eating and cognitive restriction with the perception of body self-image ($p<0.05$). **Conclusion:** Students enrolled at the end of the course had higher cognitive restriction scores compared to those enrolled at the beginning of the course, in addition, Nutrition and Physical Education undergraduates consider themselves dissatisfied with their perception of body image both at the beginning and at the end of the course, thus demonstrating that the eating behavior adopted by the students may be associated with the desire to change weight (gain or loss) in relation to their perception of body self-image.

Keywords: Food Related Behavior. Students. Dissatisfaction with Body Image. Aesthetic standards.

1 INTRODUÇÃO

A imagem corporal é entendida pelas configurações mentais, sentimentais e através das experiências vivenciadas, ou seja, o comportamento do ser humano é gerado a partir da sua interação com o meio que o cerca. Nesse sentido, as características comportamentais podem ser influenciadas por fatores internos: biológico, sociológico e antropológico, e externos: propaganda, mídia, relações sociais e culturais ⁽²⁾.

Da mesma forma, o comportamento alimentar pode ser moldado pelo ambiente. Isso porque, o ato de comer não deve ser reduzido ao momento do consumo, mas envolve uma série de outros determinantes como, por exemplo, os processos culinários utilizados durante o preparo, o planejamento do ambiente, o modo de apresentação dos alimentos e a troca de experiências interpessoais, gerando relações entre o indivíduo e a sociedade ⁽¹⁾. Em suma, o meio no qual o indivíduo está inserido influencia diretamente seu comportamento alimentar, podendo favorecer a adoção de comportamentos alimentares disfuncionais que seriam práticas inadequadas relacionadas à alimentação.

O ambiente acadêmico pode favorecer o desenvolvimento de comportamentos alimentares disfuncionais. Dado que o ingressar na universidade se associa a diversas mudanças sociais, culturais e psicossociais ⁽¹⁴⁾. Ademais, especialmente alunos da área de saúde são os mais cobrados a atingirem padrões ideais de beleza, dados como um corpo “magro e atlético”. Visto que esses são aspectos considerados relevantes para o bom desenho profissional futuro ⁽⁴⁾. Portanto, a percepção da autoimagem corporal, pode estar diretamente ligada ao ambiente acadêmico, contribuindo assim para a satisfação e insatisfação corporal dos estudantes e possivelmente levar a alteração no comportamento alimentar ⁽³⁾.

A pressão associada aos padrões estéticos pode gerar nos estudantes uma insatisfação com a sua própria imagem corporal ⁽¹⁾. A insatisfação corporal ocorre a partir de uma avaliação negativa e descontente do indivíduo sobre o seu próprio corpo ⁽¹⁾. Tal insatisfação acarreta em persistente busca para atingir o corpo idealizado pelo indivíduo, fazendo com que o mesmo adote comportamentos alimentares inadequados, visando o controle de peso corporal ⁽¹⁾.

Por fim, o objetivo do presente estudo foi investigar a associação existente entre o comportamento alimentar e a percepção da autoimagem corporal em estudantes dos cursos da área da saúde em uma universidade federal do sul de Minas Gerais.

2 OBJETIVO ESPECÍFICOS

- Investigar o comportamento alimentar de estudantes do curso de Nutrição e Educação Física;
- Investigar se o curso tem influência na percepção da autoimagem corporal dos estudantes;
- Investigar a distorção dos estudantes do curso de Nutrição e Educação Física sobre imagem corporal após ingressar na universidade;
- Investigar a distorção dos estudantes do curso de Nutrição e Educação Física sobre imagem corporal ao final do curso.

3 METODOLOGIA

3.1 Delineamento do estudo

Trata-se de uma pesquisa observacional de corte transversal, cujo lócus foi a Universidade Federal de Lavras (UFLA), localizada no sul de Minas Gerais. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da própria universidade (parecer consubstanciado: 5.661.871 e CAAE 62873522.2000.5148).

Foram incluídos universitários matriculados regularmente no curso de Nutrição e Educação Física (Licenciatura e Bacharelado). A avaliação ocorreu em universitários dos períodos iniciais, sendo respectivamente primeiro, segundo e terceiro e dos últimos períodos, sendo sétimo, oitavo e novo. Os critérios de exclusão foram estudantes com idade inferior a 18 anos e estudantes em mobilidade acadêmica. Todos os participantes concordaram voluntariamente em participar e aceitaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (ANEXO 1).

O estudo foi conduzido no formato online. Para tal, os questionários foram disponibilizados via Google Formulários® e o link para divulgação foi compartilhado via e-mail da secretaria do departamento de nutrição da UFLA e via aplicativos de mensagem (e-mail e multiplataforma de mensagens instantâneas- whatsapp). A coleta de dados foi realizada no período de dezembro de 2022 a janeiro de 2023.

As variáveis demográficas obtidas foram idade e sexo (feminino ou masculino). As variáveis desfecho foram: comportamento alimentar, avaliado pelo questionário *Three Factor Eating Questionnaire – R21* (TFEQ-R21) (ANEXO 2), proposto por Natacci e Ferreira Júnior (2011) e percepção da autoimagem corporal, por meio da Escala de Silhuetas (ANEXO 3), desenvolvida por Stunkard, Sorenson e Schlusinger (1983), versão adaptada pelos autores NANTES, Elijane, et al (2007).

3.2 Avaliação do comportamento alimentar

O comportamento alimentar foi avaliado por meio do *The Three-Factor Eating Questionnaire-R21*(TFEQ-R21). Instrumento de autorrelato composto por 21 itens que avaliam três diferentes dimensões do comportamento alimentar: (1) restrição cognitiva, caracterizado pela restrição intencional do consumo alimentar para regulação do peso ou da forma corporal; (2) descontrole alimentar, o qual verifica a tendência a perder o controle alimentar na presença da fome ou estímulos externos e (3) alimentação emocional, que representa a propensão para

comer exageradamente em resposta a estados emocionais negativos, tais como, ansiedade, solidão ou a depressão.

Para análise dos resultados foi realizado o cálculo da pontuação de cada um dos três domínios do questionário TFEQ-R21: (1) restrição cognitiva – itens 1, 5, 11, 17, 18 e 21 (com pontuação mínima de 6 pontos e máxima de 24 pontos); (2) alimentação emocional – itens 2, 4, 7, 10, 14, 16 (com pontuação mínima de pontos e máxima de 24 pontos) e (3) descontrole alimentar – itens 3, 6, 8, 9, 12, 13, 15, 19, 20 (com pontuação mínima de 9 pontos e máxima de 36 pontos).

Vale ressaltar que, os itens 1 a 16, cujas opções de resposta são apresentadas em uma escala Likert de quatro pontos: “totalmente verdade”, “verdade, na maioria das vezes”, “falso, na maioria das vezes” é “totalmente falso”, precisam ser recodificados antes de computar os scores dos domínios, pois a pontuação é reversa. A questão 21 é uma escala de classificação de 8 pontos e será pontuada da seguinte maneira: 1–2 = 1; 3–4 = 2; 5–6 = 3; 7–8 = 4. Nenhuma recodificação é necessária para os itens 17 a 20.

3.3 Avaliação da percepção da autoimagem corporal

Para avaliar a percepção da autoimagem corporal, foi utilizada a Escala de Silhuetas proposta por Stunkard, Sorenson, Schlusinger 1983 ⁽¹²⁾. Trata-se de uma figura caracterizada por nove diferentes silhuetas para cada sexo, com o objetivo de avaliar a autopercepção corporal. A escolha do método ocorreu devido essa ferramenta ser uma das escalas mais utilizadas nos estudos sobre a avaliação da satisfação corporal.

Para tal, os participantes foram indagados a responderem às seguintes perguntas: Qual é a silhueta que melhor representa a sua aparência física atualmente? Qual é a silhueta que você gostaria de ter? Para avaliar a satisfação dos entrevistados, as duas classificações, silhueta atual (SA) e silhueta ideal (SI), foram comparadas. Resultados iguais a zero indicam satisfação e os valores positivos e negativos indicam insatisfação. Vale ressaltar que os valores positivos indicam desejo de diminuir medidas e os valores negativos indicam desejo de aumentar medidas ⁽¹²⁾.

3.4 Análise estatística

As análises foram realizadas no programa Statistical Package for Social Sciences versão 22.0 (IBM SPSS Statistics for Windows) para Windows. Para verificar se os dados apresentavam distribuição normal, foi realizado o teste de normalidade de Kolmogorov Smirnov. Além disso, realizou-se o teste de Frequência, o teste de Mann-Whitney e o Qui-Quadrado. Variáveis categóricas foram mostradas como porcentagem e valores absolutos. As variáveis contínuas foram descritas como média e desvio padrão ou mediana e intervalos interquartis, segundo a distribuição de normalidade. $P < 0,05$ foi adotado.

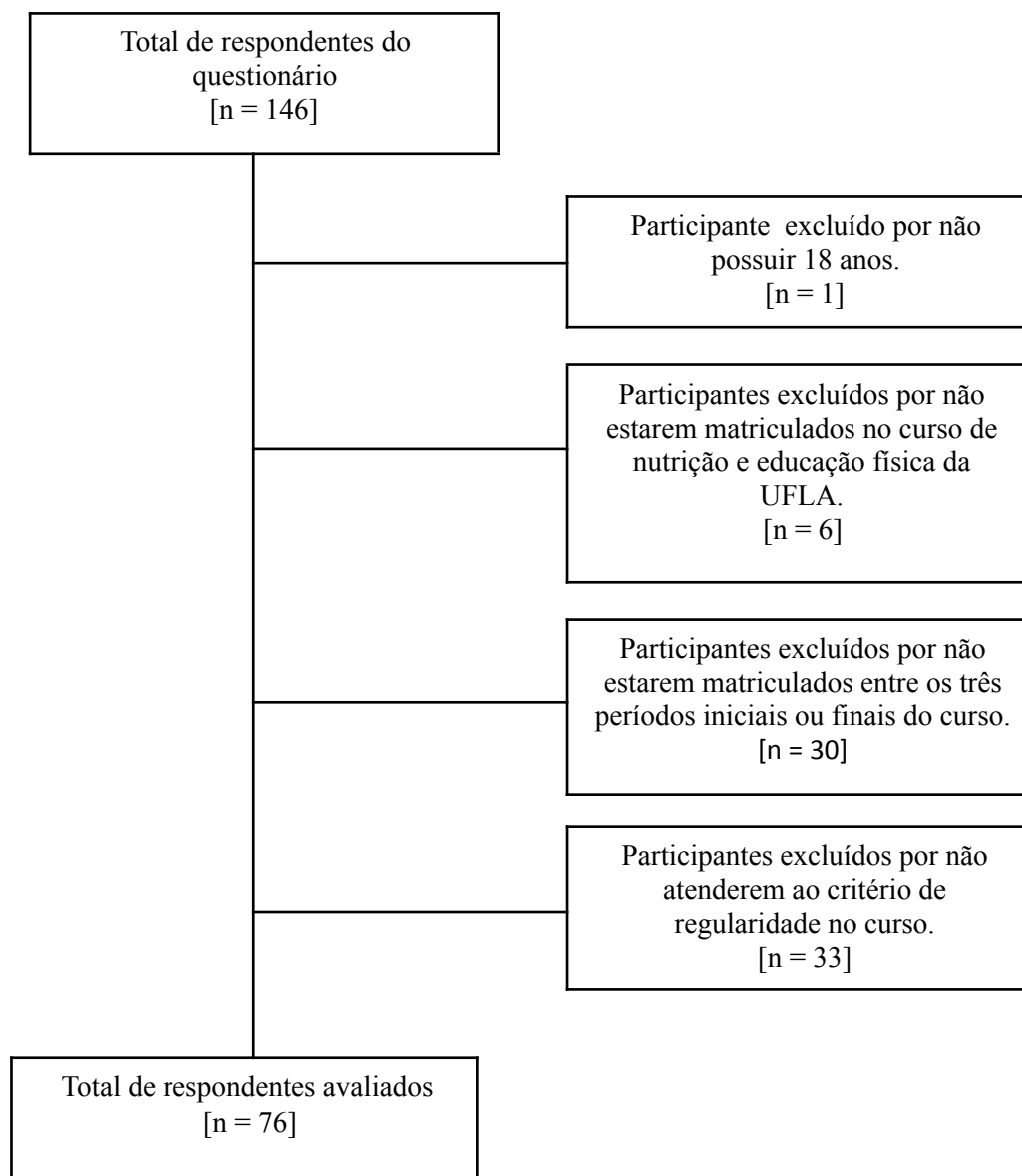
4 RESULTADOS

Na Tabela 1 apresenta um total de 76 participantes, 85,5% eram do sexo feminino, com mediana de idade igual a 21 (19 – 23,75) anos. A maioria dos participantes estavam matriculados no curso de nutrição (85,5%), especificamente no início do curso (64,5%).

Tabela 1 - Tabela de caracterização geral dos participantes

Variável	Total [n = 76]
Idade (anos)	21 (19 - 23,75)
Sexo (%)	
Feminino	85,5
Masculino	14,5
Curso (%)	
Nutrição	85,5
Educação Física	14,5
Período do curso (%)	
Início do curso	64,5
Final do curso	35,5

A amostra conta com um total de 146 estudantes respondentes. Destes, 76 estudantes atenderam a todos os critérios e foram considerados para a análise de dados (Figura 1).

Figura 1 – Fluxograma representativo da amostra de estudantes universitários.

FONTE: Autor (2023)

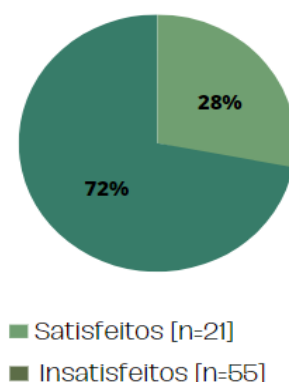
A Tabela 1 ilustra a associação entre o comportamento alimentar e o período do curso. Estudantes matriculados no final do curso apresentam maiores escores de restrição cognitiva em comparação com aqueles matriculados no início do curso ($p < 0,05$). Os demais escores não foram associados significativamente ao período do curso.

Tabela 2- Associação entre comportamento alimentar e o período do curso em estudantes de uma universidade pública do sul de Minas Gerais.

Questionários	Total [n=76]	Período do Curso		p
		Início [n=49]	Final [n=27]	
TFEQ-R21				
Descontrole Alimentar	74,07 (63,89 – 81,48)	74,07 (62,96-81,48)	74,07 (70,37-81,48)	p=0,70
Restrição Cognitiva	72,22 (61,11- 83,33)	72,22 (61,11-83,33)	77,78 (66,67-88,89)	p=0,04
Alimentação Emocional	63,89 (38,89 – 72,22)	55,55 (33,33-72,22)	66,66 (50,00-83,33)	p=0,06

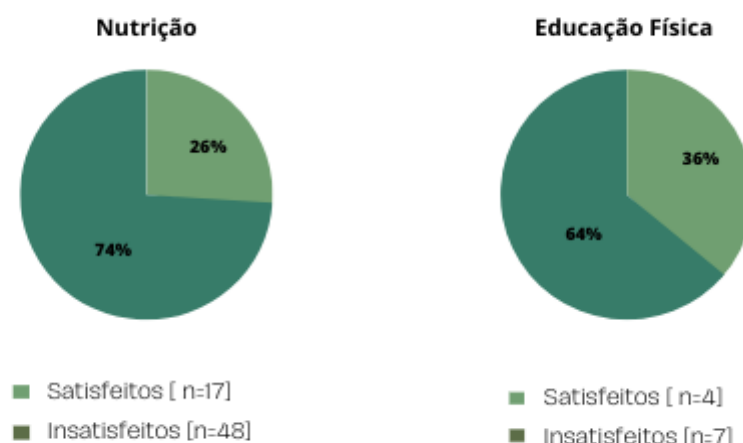
O Gráfico 1 mostra o total de participantes dos cursos de Educação Física e Nutrição (n=76), são considerados satisfeitos (n=21) e insatisfeitos (n=55). Portanto, há uma prevalência de insatisfação da percepção da autoimagem corporal nos estudantes respondentes.

Gráfico 1 - Percepção da autoimagem corporal nos estudantes dos cursos da área da saúde de uma universidade pública do sul de Minas Gerais.



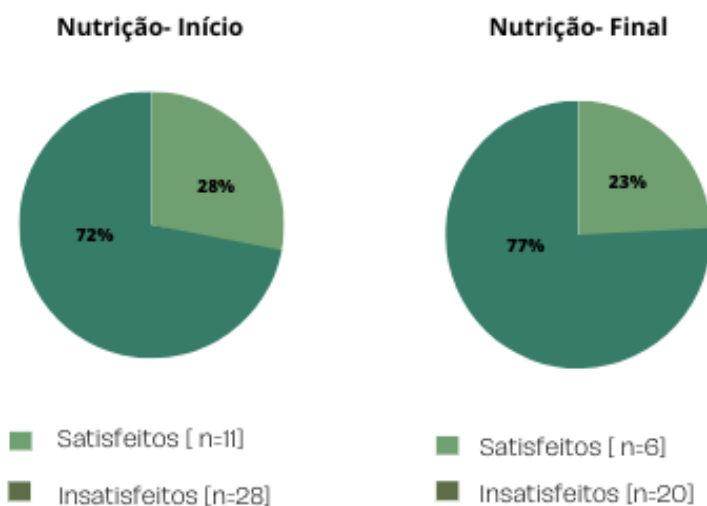
O Gráfico 2 mostra o total de (n=76) participantes dos cursos de Educação Física e Nutrição. Sendo uma amostra de (n=65) participantes para o curso de Nutrição, indicando (n=17) estudantes satisfeitos e (n=48) insatisfeitos, considerando uma maior porcentagem de participantes insatisfeitos com a percepção da autoimagem corporal. Em relação ao curso de Educação Física demonstrou que a amostra contava com (n=11) estudantes, destes, (n=4) satisfeitos e (n=7) insatisfeitos, resultando em uma maior insatisfação da percepção da autoimagem corporal.

Gráfico 2 - Percepção da autoimagem corporal no curso de Nutrição e Educação Física em estudantes de uma universidade pública do sul de Minas Gerais.



O Gráfico 3 demonstra a percepção da autoimagem corporal do curso de Nutrição no início da graduação (n=39), e no final (n=26). Para o início do curso apresentou (n=11) participantes satisfeitos e (n=28) insatisfeitos e no final do curso o número de satisfeitos foram (n=6) e insatisfeitos (n=20). Os dados de Educação física demonstram que no início e final do curso apresenta (n=11) participantes, sendo (n=4) satisfeitos e (n=7) insatisfeitos, a maior parte dos respondentes apresentam insatisfação corporal.

Gráfico 3 - Percepção da autoimagem corporal nos cursos de Nutrição e Educação Física em estudantes de uma universidade pública do sul de Minas Gerais.



Na Tabela 2 demonstrou que não houve associação entre domínios de descontrole alimentar e restrição cognitiva com percepção corporal da autoimagem ($p < 0,05$). Desse modo, os indivíduos que se autodeclararam satisfeitos apresentam maiores escores de alimentação emocional.

Tabela 3 - Associação entre o comportamento alimentar com a percepção da autoimagem corporal em estudantes de uma universidade pública do sul de Minas Gerais.

Escore TFEQ-R21	Percepção da autoimagem corporal		p
	Satisfeitos	Insatisfeitos	
Descontrole Alimentar	77,78 (62,96-81,48)	74,07 (56,67 – 81,48)	p=0,37
Restrição Cognitiva	66,67 (63,88- 80,55)	77,77 (61,11- 83,33)	p=0,44
Alimentação Emocional	72,22 (61,11- 80,55)	55,55 (33,33 – 72,22) **	p=0,01

5 DISCUSSÃO

No presente estudo os resultados revelaram que houve associação entre o período do curso, o trabalho demonstrou maiores porcentagens de estudantes insatisfeitos tanto no início quanto no final do curso. Tais dados demonstraram que o domínio de restrição cognitiva obteve maior influência no final do período do grupo estudado. Os resultados em relação à percepção da autoimagem corporal constatou-se que houve associação a insatisfação nos dois cursos estudados, Nutrição e Educação Física, tanto no início quanto no final dos cursos.

O estudo foi realizado com universitários dos cursos da área da saúde de uma Universidade Pública do Sul de Minas de Gerais. A coleta foi realizada nos cursos de graduação em Nutrição e Educação Física. Observou-se uma incidência de sujeitos do sexo feminino entre o grupo estudado $n=65$ (85,5%), alguns estudos acreditam e relatam como proposto por ⁽²⁾ e ⁽⁹⁾ que as mulheres apresentam uma maior preocupação com a percepção da autoimagem corporal, portanto, são mais motivadas a participarem de estudos relacionados aos padrões de beleza, sendo a maior representatividade do estudo, ao contrário dos sujeitos do sexo masculino, cuja a amostra representa $n=11$ (14,5%). Ademais, a maior participação de mulheres nas pesquisas, possivelmente também está relacionada às diferenças comportamentais entre os sexos, isso pode ser atribuído ao comportamento mais colaborativo das mulheres, quando comparadas aos homens.

Para realizar a pesquisa houve a coleta de informações de forma online aos participantes, o que facilitou para que tais ferramentas fossem acessadas mais facilmente pelo público alvo, visto que são estudantes e estão em constante contato com os meios tecnológicos. No que se refere a coleta e ao público alvo, para o curso Educação Física houve maiores dificuldades para que sucedesse a obtenção das respostas nos questionários de forma online, comparado com o curso de Nutrição, possivelmente esse fato ocorreu devido ao desinteresse desse público em participar da pesquisa ou até mesmo pelo curso de Nutrição possuir maiores índices de mulheres na graduação, o que torna o tema do estudo mais interessante para as estudantes do sexo feminino.

Além disso, como critério do estudo, houve a exclusão de parte da amostra, sendo respectivamente: quarto, quinto e sexto períodos e estudantes que não estavam matriculados regularmente. Nota-se que esse critério de exclusão propiciou para que a amostra ficasse com menor número de participantes, o que pode induzir determinados resultados a não serem tão significativos nas análises. A exclusão destes participantes foi para identificar se os estudantes

que estavam no início e no final dos cursos, apresentavam alguma associação entre o comportamento alimentar e a percepção da autoimagem corporal.

Adentrando mais a fundo sobre os aspectos do comportamento alimentar e a Escala de Silhuetas, observa-se que questionários fechados podem instigar aos participantes a terem menor motivação para responderem às perguntas propostas, dessa forma há maior probabilidade de ter respostas induzidas, levando a um provável risco de ter menos respostas fidedignas. Outros fatores limitantes para este estudo foram: ausência do grau de insatisfação que foi pouco explorado e o número reduzido de participantes do sexo masculino, que dificultou a comparação.

Analisando os três domínios do comportamento alimentar, verificou-se que houve uma relação entre a restrição cognitiva e a alimentação emocional, tal associação foi relatada em outros estudos, como o proposto por Lindroos em 1997⁽⁹⁾ e confirmada por Provencher et al⁽⁹⁾, mostrando que a restrição cognitiva pode deixar o indivíduo mais vulnerável a ter uma alimentação emocional, além de ficar mais exposto a situações sensoriais e cognitivas associadas ao alimento.

Esses padrões se baseiam no aspecto afetivo que abrange os sentimentos envolvidos na relação com o alimento e o contexto alimentar. Em relação ao cognitivo pode-se dizer que o conhecimento sobre os alimentos, nutrição e ao aspecto motivacional caracteriza-se por um processo dinâmico que envolve fatores intrínsecos e extrínsecos aos indivíduos considerando expectativas, esforço pessoal, compensação, emoções e cognição⁽⁹⁾.

Neste estudo realizado com universitários dos cursos da área da saúde em uma universidade pública do sul de Minas Gerais, constatou-se que o domínio de Restrição Cognitiva (RC) apresentou maior predomínio no período do final do curso comparado com o início, surgem algumas hipóteses para tal resultado: possivelmente o grupo avaliado neste estudo, sofre algumas influências do meio externo, provavelmente têm relação com o padrão estético após o conclusão do curso e estão mais perto da inserção ao mercado de trabalho, com isso se sentem mais cobrados a se adequarem ao padrão estabelecido para atuarem na profissão.

Dessa forma, o contexto social em que o sujeito se encontra inserido pode influenciar sua percepção da autoimagem corporal, através de mudanças na sua ingestão calórica seja tanto para a privação como para o excesso da ingestão alimentar, com isso o sujeito buscaria alternativas para enquadrar na definição “Set Point” (ponto de equilíbrio)⁽¹³⁾.

Na presente pesquisa observou-se que houve um alto grau de insatisfação entre os entrevistados com base na comparação do curso de Nutrição com Educação Física, além de comparar o início e final do curso, tal fato pode estar relacionado às maiores pressões estéticas inerentes ao curso que os universitários realizam, além disso, futura profissão pode exigir a obtenção de estruturas corporais atléticas, isto é, com percentual de massa muscular e baixo percentual de gordura corporal, além da manutenção de hábitos alimentares saudáveis. Para os autores Bandeira et al ⁽¹³⁾., 2016, Moraes et al ⁽¹³⁾., 2016, Legnani et al ⁽¹³⁾., 2012 e Claumann et al.,⁽¹³⁾ 2014 expressam que independentemente do instrumento utilizado para avaliar a percepção da autoimagem corporal, os indivíduos considerados insatisfeitos, possuem maior tendência a desenvolver comportamentos alimentares inadequados considerados prejudiciais à saúde, sendo este um fator de risco para o surgimento de distúrbios da alimentação.

Vale ressaltar que a insatisfação corporal foi maior para o sexo feminino, tal fato pode ocorrer, pois provavelmente os homens podem perceberem a sua imagem corporal de maneira mais positiva comparado as mulheres. Resultados semelhantes foram encontrados por Silva et al., que também identificaram a prevalência da insatisfação corporal em universitários, com predominância do sexo feminino. Acredita-se que o gênero feminino sofre maior influência das áreas da cultura e da mídia, as quais são responsáveis por pregar a figura magra, como maior símbolo de beleza, com isto, aumenta a probabilidade deste gênero criar atitudes alimentares inadequadas para alcançar o padrão estético ideal ⁽²⁾. Possivelmente, pelo fato das mulheres serem consideradas mais sentimentais e emocionais e que apresentam maior valorização da estética e da beleza, sendo uma condição menos presente no universo masculino ⁽²⁾.

6 CONCLUSÃO

Conclui-se que as pressões sociais e os padrões estéticos exigidos para os futuros profissionais da área da saúde podem influenciar na percepção da autoimagem corporal. Portanto, o presente estudo observou maiores porcentagens de insatisfação com a percepção da autoimagem corporal tanto no início e no final do curso dos estudantes de Educação Física e Nutrição. Além disso, foi possível corroborar que uma parcela dos estudantes da área da saúde que estavam matriculados no final do curso apresentaram maiores escores de restrição cognitiva em comparação com aqueles matriculados no início do curso.

No que se refere ao estudo, uma questão importante a ser levantada é ao questionamento do quanto essas características do comportamento alimentar individual são capazes de impactar na atitude do indivíduo frente à atividade profissional. Sugere-se para desenvolvimento de pesquisas futuras a investigação longitudinal do comportamento alimentar dos estudantes, a fim de verificar as modificações nas dimensões do comportamento alimentar ao longo do curso de Nutrição. Uma outra sugestão é a inclusão do Índice de Massa Corporal (IMC) como variável de estudo, uma vez que estudos demonstram uma associação significativa com o peso corporal, relacionando com algumas dimensões do comportamento alimentar e da percepção da autoimagem corporal. Outra sugestão seria a respeito que futuros estudos separem a amostra em homens e mulheres para identificar características comportamentais específicas de cada gênero.

CONTRIBUIÇÕES INDIVIDUAIS

Mayla Haianny Souza Santos – Realizou revisão de literatura, coleta e análise estatística dos dados, interpretação e discussão dos resultados, conclusão e redação do artigo.

Thais Mara de Souza – Realizou revisão de literatura, coleta e análise estatística dos dados, interpretação e discussão dos resultados, conclusão e redação do artigo.

Danielle Aparecida Caetano Rodrigues – Coorientou a pesquisa, participou na construção do projeto, realizou a análise estatística dos dados e revisou criticamente o artigo.

Marcella Lobato Dias Consoli – Orientou a pesquisa, participou na construção do projeto, revisou criticamente e aprovou a versão final do artigo.

CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer primeiramente a Deus por ter nos dado sabedoria, resiliência e fé e por nos fazer ter força para finalizar este trabalho. Agradecemos imensamente a nossa família por estarem sempre ao nosso lado, nos incentivando e nos apoiando para não desistir.

Agradecemos aos nossos amigos da faculdade por todo o apoio e pelo nosso companheirismo e dedicação para a realização deste trabalho. Também gostaríamos de expressar nossos agradecimentos a Universidade Federal de Lavras, a orientadora Marcella Consoli, a coorientadora Danielle Rodrigues, a professora Carolina Valeriano e a mestrandia Gessimara Martins de Paiva Ribeiro PPGNS/DNU por aceitarem participar da avaliação para a conclusão deste trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Alvarenga, M; Dahás, L; Moraes,. Ciência do comportamento alimentar. Editora Manole, 2021.
2. Barbosa,V. Prevalência de insatisfação corporal e comportamentos de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares entre universitários da área de saúde. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso.
3. Bosi, M. L. M. et al. Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. *Jornal Brasileiro de psiquiatria*, v. 57, p. 28-33,2008.
4. Brugiolo, A. S. S. et al. Insatisfação corporal e procedimentos estéticos em estudantes universitários. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 28, p. 449-454, 2022.
5. Caram, A.L.A, Lazarine, I. F. Atitudes alimentares em universitários dos cursos de Nutrição, Educação Física e Psicologia de uma instituição privada. *J Health Sci inst*, v. 31, n. 1, p. 71-4, 2013.
6. Cruz, A. C.; STRACIERI, A. M. P.; HORSTS, R. M. F. Percepção corporal e comportamentos de risco para os transtornos alimentares em estudantes de um curso de nutrição. *Nutrir. Gerais*, v. 5, n. 9, p. 821-40, 2011.
7. Ferreira, D. Q. C, et al. "THE THREE FACTOR EATING QUESTIONNAIRE–R21: Avaliação do Comportamento Alimentar De Estudantes de Nutrição/The Three Factor Eating Questionnaire–R21: Feeding Behaviors Assessment of Nutritions Undergraduates Students." *Revista Científica da Escola da saúde*, Ano 5, nº 1, p. 75-84, out.2015/jan.2016.
8. Magalhães, V. C. et al. Transtornos alimentares em universitárias: estudo de confiabilidade da versão brasileira de questionários auto preencheveis. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 8, p. 236-245, 2005.
9. Mendes, S. F. A; De Souza, E. V. Estudo sobre aspectos do comportamento alimentar nos acadêmicos de instituição superior privada em Teresina-PI. TCC. Centro Universitário UNINOVAFAPI. Teresina, 2019.
10. Moehlecke, M., et al. Autoimagem corporal, insatisfação com o peso corporal e estado nutricional de adolescentes brasileiros: um estudo nacional. Elsevier Editora Ltda. em nome de Sociedade Brasileira de Pediatria (Rio J). 2020;96:76---83.
11. Morgan, C. M.; Vecchiatri, I. R; Negrão, A. B. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 24, p. 18-23, 2002.
12. Nantes, E., et al. Imagem corporal de mulheres de diferentes classes sociais. *Motriz*, v.13, n.2, p.S37- 43, Rio Claro, mai./ago. 2007.
13. Natacci, L.C; Ferreira, J. M. The three factor eating questionnaire-R21: tradução para o português e aplicação em mulheres brasileiras. *Revista de Nutrição*, v. 24, p. 383-394, 2011.

14. Penaforte, F. R. O.; Matta, N. C.; Japur, C. C. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários. *Demetra, Brasil*, v. 11, n. 1, p. 225-237, 2016.
15. Pinheiro, M, et al."Transtornos alimentares, percepção da imagem corporal e estado nutricional: estudo comparativo entre estudantes de nutrição e de administração." *RASBRAN Revista da Associação Brasileira de Nutrição*. São Paulo, SP, Ano 8, n. 1, p. 18-25, Jan-Jun. 2017.
16. Rech, C. R.; Araújo, E. D.; Vanat, J.R. Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 24, p. 285-292, 2010.
17. Rodrigues, I. I. M; Silva, T. B. Comportamento alimentar e autopercepção da imagem corporal em estudantes dos cursos de estética e cosmética e fisioterapia.2020. Tese de Doutorado.
18. Silveira, M. G. B. Avaliação da insatisfação com a imagem corporal de estudantes do curso de educação física da UFRN. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

ANEXOS

ANEXO 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)



UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS - COEP

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Prezado(a) estudante, você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa de formato totalmente voluntária da Universidade Federal de Lavras. Antes de concordar, é importante que você compreenda as informações e instruções contidas neste documento. Será garantida, durante todas as fases da pesquisa: sigilo; privacidade; e acesso aos resultados.

Título do trabalho experimental: Comportamento alimentar de estudantes universitários de uma universidade pública do sul de Minas Gerais e avaliação da influência das dietas restritivas.

Pesquisador(es) responsável(is): Marcella Lobato Dias Consoli

Cargo/Função: Professor adjunto

Instituição/Departamento: Universidade Federal de Lavras - Departamento de Nutrição

Telefone para contato: (35) 3829-9728

Local da coleta de dados: Campus da Universidade Federal de Lavras

I - OBJETIVOS

Esta pesquisa tem por objetivo analisar o comportamento alimentar de estudantes de uma universidade pública do sul de Minas Gerais, a fim de verificar se o comportamento alimentar difere entre os períodos do curso, bem como, verificar o impacto das dietas restritivas sobre o comportamento alimentar desses estudantes.

II - JUSTIFICATIVA

É importante estudarmos as várias razões pelas quais comemos e a influência que elas exercem sobre determinadas escolhas alimentares, pois só assim a alimentação se tornará algo mais compreensível. Além disso, é importante estudar quais malefícios as dietas restritivas podem causar aos padrões de alimentação das pessoas e as relações de cada um com os alimentos.

Os resultados encontrados nesse estudo, podem possibilitar analisarmos os novos caminhos e opções para melhoria das abordagens clínicas e para nos aproximarmos dos nossos pacientes.

Em suma, o estudo é importante porque conhecendo as possíveis associações desses fatores, há possibilidade de contribuir para a melhoria das abordagens clínicas e respeito à individualidade de cada paciente de acordo com suas realidades.

III - PROCEDIMENTOS DO EXPERIMENTO

Neste estudo, nós gostaríamos de avaliar se há mudança no comportamento alimentar de estudantes no decorrer do curso de graduação, bem como, verificar o impacto das dietas restritivas sobre o comportamento alimentar desses estudantes.

Para isso utilizaremos o questionário auto avaliativo *Three Factor Eating Questionnaire – R21* (TFEQ-R21), o questionário *Mindful Eating Questionnaire* (MEQ) e um formulário com perguntas direcionadas à prática de dietas restritivas, ambos disponibilizados via Google Formulários®.

Campus Universitário da UFLA, Caixa Postal
303737200-000 Lavras-MG – Brasil
E-mail coep@nintec.ufla.br

Fone 35 3829 5182
CNPJ: 22.078.679/0001-74
Site: http://www.prm.ufla.br/site/?page_id=440



UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS - COEP

Por favor, leia as informações com atenção. Você tem pleno direito de se recusar em participar. Se optar por retirar seu consentimento do estudo após ter aceitado participar, tem o direito de fazer isso a qualquer momento.

Toda a informação coletada nesta pesquisa será sigilosa e somente a equipe do estudo terá acesso. Em nenhum momento seu nome ou qualquer informação sobre a sua saúde será fornecida para qualquer pessoa que não seja da equipe do estudo. As informações serão confidenciais e utilizadas somente para fins desta pesquisa. Os resultados do estudo serão divulgados, para fins acadêmicos e científicos, sem a identificação de nenhum dado que revele a identidade dos participantes.

IV- RISCOS ESPERADOS

Esta pesquisa apresenta os seguintes riscos para todos os participantes envolvidos: invasão de privacidade; interferência na vida e na rotina dos sujeitos; tomar o tempo do sujeito; embarço de interagir com estranhos; compartilhamento de informações via internet, assim como riscos existentes em atividades rotineiras, como conversar, tomar banho, ler, andar, escrever e sentar, desse modo, o participante está sujeito a RISCOS MÍNIMOS.

Os pesquisadores irão minimizar desconfortos garantindo local reservado de fácil acesso e liberdade para não responder questões constrangedoras, assegurando a confidencialidade e a privacidade das informações. Caso ocorra algum tipo de constrangimento ou intercorrência durante qualquer momento, a equipe dará assistência imediata e integral. Os participantes poderão desistir de participar da pesquisa em qualquer momento sem nenhum prejuízo.

V – BENEFÍCIOS

Os resultados encontrados nesse estudo, podem possibilitar analisarmos os novos caminhos e opções para melhoria das abordagens clínicas e para nos aproximarmos dos nossos pacientes.

VI – CRITÉRIOS PARA SUSPENDER OU ENCERRAR A PESQUISA

A presente intervenção não prevê riscos significativos para interrupção precoce, possivelmente será encerrada ao final dos experimentos.

VII - OUTRAS INFORMAÇÕES

Toda a informação coletada nesta pesquisa será sigilosa e somente a equipe do estudo terá acesso. Em nenhum momento seu nome ou qualquer informação sobre a sua saúde será fornecida para qualquer pessoa que não seja da equipe do estudo. As informações serão confidenciais e utilizadas somente para fins desta pesquisa. Os resultados do estudo serão divulgados, para fins acadêmicos e científicos, sem a identificação de nenhum dado que revele a identidade dos participantes.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE LAVRAS
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS - COEP

VIII - CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

Após convenientemente esclarecido pelo pesquisador e ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar do presente Projeto de Pesquisa.

Lavras, _____ de _____ de 20_____.

Nome (legível) / RG

Assinatura

ATENÇÃO! Por sua participação, você: não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira; será ressarcido de despesas que eventualmente ocorrerem; será indenizado em caso de eventuais danos decorrentes da pesquisa; e terá o direito de desistir a qualquer momento, retirando o consentimento sem nenhuma penalidade e sem perder quaisquer benefícios. Em caso de dúvida quanto aos seus direitos, escreva para o Comitê de Ética em Pesquisa em seres humanos da UFLA. Endereço: Campus Universitário da UFLA, Pró-reitoria de pesquisa, COEP, caixa postal 3037. Telefone: 3829-5182.

Este termo de consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada com o pesquisador responsável e a outra será fornecida a você.

No caso de qualquer emergência entrar em contato com o pesquisador responsável (Prof^{ta}. Marcella Lobato Dias Consoli) no Departamento de Nutrição. Telefones de contato: (35) 3829-9728.

ANEXO 2 - *Questionário Three Factor Eating Questionnaire – R21 (TFEQ-r21)*

Esta seção contém declarações e perguntas sobre hábitos alimentares e sensação de fome.

Leia cuidadosamente cada declaração e responda marcando a alternativa que melhor se aplica a você.

1. Eu deliberadamente consumo pequenas porções para controlar meu peso.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

2. Eu começo a comer quando me sinto ansioso.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

3. Às vezes, quando começo a comer, parece-me que não conseguirei parar.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

4. Quando me sinto triste, freqüentemente como demais.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

5. Eu não como alguns alimentos porque eles me engordam.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

6. Estar com alguém que está comendo, me dá freqüentemente vontade de comer também.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

7. Quando me sinto tenso ou estressado, freqüentemente sinto que preciso comer.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

8. Freqüentemente sinto tanta fome que meu estômago parece um poço sem fundo.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

9. Eu sempre estou com tanta fome, que me é difícil parar de comer antes de terminar toda a comida que está no prato.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

10. Quando me sinto solitário (a), me consolo comendo.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

11. Eu conscientemente me controlo nas refeições para evitar ganhar peso.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes

- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

12. Quando sinto o cheiro de um bife grelhado ou de um pedaço suculento de carne, acho muito difícil evitar de comer, mesmo que eu tenha terminado de comer há muito pouco tempo.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

13. Estou sempre com fome o bastante para comer a qualquer hora.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

14. Se eu me sinto nervoso (a), tento me acalmar comendo.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

15. Quando vejo algo que me parece muito delicioso, eu freqüentemente fico com tanta fome que tenho que comer imediatamente.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes
- Totalmente falso

16. Quando me sinto depressivo (a), eu quero comer.

- Totalmente verdade
- Verdade, na maioria das vezes
- Falso, na maioria das vezes

Totalmente falso

17. O quanto freqüentemente você evita "estocar" (ou se aprovisionar de) comidas tentadoras?

- Quase nunca
- Raramente
- Freqüentemente
- Quase sempre

18. O quanto você estaria disposto (a) a fazer um esforço para comer menos do que deseja?

- Não estou disposto (a)
- Estou um pouco disposto (a)
- Estou relativamente bem disposto (a)
- Estou muito disposto (a)

19. Você comete excessos alimentares, mesmo quando não está com fome?

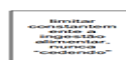
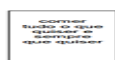
- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Pelo menos 1 vez por semana

20. Com qual freqüência você fica com fome?

- Somente nos horários das refeições
- Às vezes entre as refeições
- Freqüentemente entre as refeições
- Quase sempre

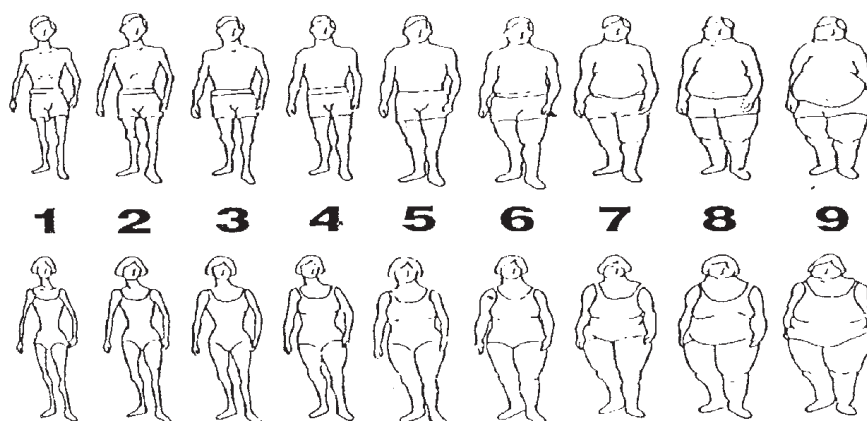
21. Em uma escala de 1 a 8, onde 1 significa nenhuma restrição alimentar, e 8 significa restrição total, qual número você daria para si mesmo?

1 2 3 4 5 6 7 8



ANEXO 3 - Escala Instrumento de análise da silhueta

Figura 1: Escala Instrumento de análise da silhueta proposto por STUNKARD, SORENSON e SCHLUSINGER (1983).



Fonte: Autopercepção da imagem corporal em estudantes do curso de educação física.