

Identificação de fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em universitárias dos cursos de Nutrição e Farmácia

Identification of risk factors for development of eating disorders in university courses in Pharmacy and Nutrition

Susana Ortiz Costa¹
Ana Claudia Alves Marques Mariano²

Unitermos:

Transtornos da alimentação. Hábitos alimentares. Estudantes.

Keywords:

Eating disorders. Food habits. Students.

Endereço para correspondência:

Ana Claudia Alves Marques Mariano
Centro Universitário Augusto Motta
Av. Paris, 72 – Bonsucesso – Rio de Janeiro, RJ, Brasil
– CEP 21041-020
E-mail: anacamm30@yahoo.com.br

Submissão:

4 de abril de 2013

Aceito para publicação:

18 de julho de 2013

RESUMO

Introdução: Os transtornos alimentares ocorrem com maior frequência no sexo feminino, acometendo principalmente adolescentes e adultos jovens. Além disso, pesquisas têm demonstrado que alguns grupos profissionais que requerem um corpo magro apresentam maior risco de desenvolver transtornos alimentares. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo identificar e comparar os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em universitárias de dois cursos distintos da área de saúde, sendo um associado ao corpo (nutrição) e o outro não (farmácia). **Método:** Como indicador de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares foi aplicado o questionário autoperenchível Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26), em 240 estudantes, sendo 120 alunas de cada curso. Foram consideradas em risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares as estudantes que obtiveram escore igual ou superior a 21 no EAT-26. **Resultados:** Os resultados indicaram que 29,58% das universitárias apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares, sendo que, no grupo de estudantes de nutrição, o percentual foi maior (36,66%) do que no grupo de estudantes de farmácia (22,5%), sendo essa diferença considerada significativa segundo análise estatística pelo teste qui-quadrado. **Conclusões:** Esses resultados sugerem que indivíduos inseridos em um ambiente onde há maior preocupação com o corpo e a estética apresentam maior risco de desenvolver transtornos alimentares, sendo necessárias estratégias de intervenção nutricional.

ABSTRACT

Background: Eating disorders occur more frequently in females, affecting teenagers and young adults. In addition, research has shown that some professional groups that require a lean body are at increased risk of developing eating disorders. **Objective:** This study aimed to identify and compare risk factors for developing eating disorders in female university students of two distinct healthcare courses, one associated to the body (nutrition) and the other not (pharmacy). **Methods:** As an indicator of risk for developing eating disorders, the self-completion questionnaire was administered the Eating Attitudes Test (EAT-26) in 240 students, 120 students of each course. The students who had a score equal to or above 21 on the EAT-26 were considered at risk for developing eating disorders. **Results:** The results indicated that 29.58% of the university students were at risk of developing eating disorders, whereas in the group of nutrition students the percentage was higher (36.66%) than in the group of pharmacy students (22.5%), and this difference was considered significant according to statistical analysis by chi-square test. **Conclusions:** These results suggest that individuals placed in an environment where there is more concern with the body and aesthetics are at increased risk of developing eating disorders, therefore nutrition intervention strategies are necessary.

1. Doutora em Ciências pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Professora Adjunta do Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.
2. Doutora em Ciências pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Professora Adjunta do Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente do comportamento alimentar, podendo causar prejuízos relevantes à saúde¹. As causas desses transtornos são multifatoriais, envolvendo aspectos psicológicos, emocionais, cognitivos e fisiológicos² e sua prevalência tem aumentado na população em geral, sendo atualmente reconhecido como um dos principais problemas de saúde pública^{3,4}.

Estudos indicam maior ocorrência de transtornos alimentares em indivíduos do sexo feminino, provavelmente em decorrência da magreza estar sendo adotada como perfil ideal de beleza entre as mulheres⁵. A taxa exata de transtornos alimentares no sexo masculino ainda não foi completamente estabelecida, até porque os homens são excluídos de muitos estudos em razão do baixo número de casos. Para alguns autores, entretanto, o número está consideravelmente subestimado⁶.

Entre os transtornos alimentares mais conhecidos, destacam-se a anorexia nervosa e a bulimia nervosa.

A anorexia nervosa se caracteriza por um medo mórbido de engordar, acompanhada por emagrecimento intenso devido ao baixo consumo energético ou da realização de jejum. As pacientes acreditam estar obesas e então adquirem obsessão em emagrecer. Na bulimia nervosa, a paciente se mostra com peso corporal próximo ao normal, porém deseja desesperadamente emagrecer, fazendo assim o uso de métodos purgativos (vômitos, uso de laxantes e diuréticos) para emagrecer².

A adolescência parece ser o ciclo de vida de maior exposição para a ocorrência de transtornos alimentares⁷, porém estudos têm sugerido o surgimento dos distúrbios alimentares em idade mais precoce da vida⁸. Tal fato pode estar associado ao aumento do culto ao corpo esguio e perfeito, já que atualmente a sociedade valoriza a magreza, associando beleza, sucesso e felicidade com um corpo magro⁹.

Pesquisas têm demonstrado que, além dos adolescentes, grupos profissionais que apresentam maior ligação com o corpo e a estética, como atletas, bailarinos, modelos e nutricionistas, apresentam maior risco de desenvolverem transtornos alimentares. Provavelmente por pertencer a esses grupos reforça a necessidade de um corpo magro, aumentando o risco de desenvolvimento de transtornos alimentares¹⁰.

Estudos a respeito de transtornos alimentares no Brasil são escassos. Assim, o presente estudo tem como objetivos identificar a presença de padrões alimentares anormais, segundo o Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26) em estudantes universitários do sexo feminino de dois cursos distintos da área de saúde, sendo um associado ao corpo (Nutrição) e o outro não (Farmácia) podendo assim, contribuir com as políticas de assistência de controle e prevenção dos transtornos alimentares.

MÉTODO

O delineamento do estudo foi caracterizado como transversal, sendo realizado após aprovação do Comitê de Ética Plataforma Brasil, sob número 146.649.

A amostra constituiu-se de 240 estudantes de sexo feminino de um Centro Universitário localizado no Rio de Janeiro, RJ, sendo 120 estudantes do curso de nutrição e 120 do curso de farmácia matriculados entre o 1º e 8º períodos. A coleta de dados ocorreu entre agosto e dezembro de 2011.

Como indicador de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares foi utilizado o questionário autopreenchível Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26). Esse instrumento é composto por 26 questões sobre comportamento alimentar e imagem corporal, capaz de rastrear os indivíduos mais susceptíveis ao desenvolvimento de anorexia nervosa e bulimia nervosa, proposto por Garner e Garfinkel¹¹, traduzido e validado por Nunes et al.¹².

Foram considerados em risco para os transtornos alimentares as estudantes que obtiveram escore igual ou superior a 21 no EAT-26.

O não preenchimento completo do questionário e a recusa em participar do estudo foram utilizados como critérios de exclusão.

A identidade dos participantes foi preservada e a participação na pesquisa foi voluntária. Todos os participantes assinaram Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para a análise dos dados, foi utilizado o software Epi info, versão 6.0 por meio do teste qui-quadrado. Consideraram-se significativos os valores que apresentaram $p < 0,05$.

RESULTADOS

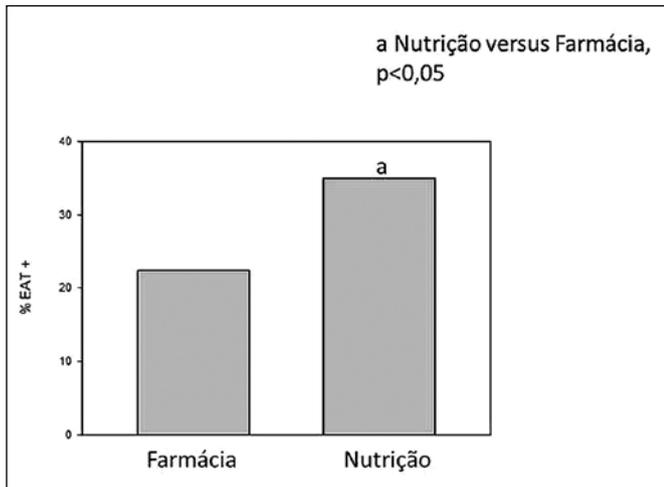
Foram avaliadas 240 alunas do 1º ao 8º períodos, sendo 120 alunas do curso de nutrição e 120 alunas do curso de farmácia. Verificou-se que a média de idade das entrevistadas do curso de nutrição e farmácia foi $25,75 \pm 7,65$ anos e $28,30 \pm 5,94$ anos, respectivamente. A Tabela 1 demonstra a distribuição da amostra de acordo com a faixa etária dos dois cursos.

Das 240 estudantes que participaram do estudo, 29,58% apresentaram fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares, sendo classificadas como EAT⁺.

Comparando a prevalência de EAT⁺ entre as estudantes dos cursos de nutrição e farmácia, foi visto que das 120 estudantes de nutrição, 44 (36,66%) delas apresentaram risco de desenvolver transtornos alimentares, enquanto que no curso de farmácia das 120 estudantes, 27 (22,5%) delas foram classificadas como EAT⁺, o que demonstra maior percentual de EAT⁺ em alunas de nutrição em relação às alunas de farmácia (Figura 1), sendo essa diferença considerada significativa segundo análise estatística pelo teste qui-quadrado.

Tabela 1 – Distribuição da amostra estudada de acordo com a faixa etária. Rio de Janeiro (RJ), 2011.

Faixa Etária (Idade em anos)	Estudantes de Farmácia N (%)	Estudantes de Nutrição N (%)
17-20	3 (2,5)	39 (32,5)
21-25	39 (32,5)	36 (30)
26-30	43 (35,83)	18 (15)
31-41	30 (25)	22 (18,33)
42-50	5 (4,16)	4 (3,33)
51-58	—	1 (0,83)

**Figura 1** – Percentual de universitárias EAT+ nos cursos de farmácia e nutrição. Rio de Janeiro (RJ), 2011.

Além do somatório de pontos dos questionários EAT, foi analisado o percentual de estudantes EAT+ e EAT- dos dois grupos que responderam sempre em perguntas que estão relacionadas à imagem corporal, como: estou preocupada com o desejo de ser mais magra, fico apavorada com o excesso de peso e preocupa-me a possibilidade de ter gordura no meu corpo. Também foi avaliado o percentual de estudantes que sempre possuem o hábito de fazer dieta e que sempre praticam atividade física com o intuito de queimar calorias.

Nos questionários EAT+ das universitárias dos dois cursos foi observado que a maioria delas (mais de 50%) deseja ser mais magra, pratica atividade física com o objetivo de queimar calorias, sente pavor com o excesso de peso e se preocupa com gordura corporal. Em relação ao hábito de fazer dieta, esse percentual é menor que 50% nos dois cursos (Tabela 2).

Nos questionários EAT- das universitárias dos dois cursos, foi observado que mesmo não apresentando risco de desenvolver transtornos alimentares, algumas delas desejam ser mais magras, sentem pavor com o excesso de peso, se preocupam com gordura corporal e relataram praticar atividade física com o objetivo de queimar calorias (Tabela 3).

Tabela 2 – Percentual de respostas sempre a perguntas relacionadas a imagem corporal, prática de atividade física e hábito de fazer dieta nos questionários de estudantes EAT+ dos cursos de nutrição e farmácia. Rio de Janeiro (RJ), 2011.

Perguntas	Nutrição EAT+ (n = 44) N (%)	Farmácia EAT+ (n = 27) N (%)
Desejo de ser mais magra	30 (68,18)	14 (51,85)
Pavor com excesso de peso	36 (81,81)	15 (55,55)
Preocupação com gordura corporal	30 (68,18)	19 (70,37)
Costumo fazer dieta	17 (38,63)	5 (18,51)
Pratico exercício para queimar calorias	36 (81,81)	22 (81,48)

Tabela 3 – Percentual de respostas sempre a perguntas relacionadas a imagem corporal, prática de atividade física e hábito de fazer dieta nos questionários de estudantes EAT- dos cursos de nutrição e farmácia. Rio de Janeiro (RJ), 2011.

Perguntas	Nutrição EAT- (n = 76) N (%)	Farmácia EAT- (n = 93) N (%)
Desejo de ser mais magra	7 (9,21)	6 (6,45)
Pavor com excesso de peso	8 (10,52)	12 (12,9)
Preocupação com gordura corporal	9 (11,84)	14 (15,05)
Costumo fazer dieta	2 (2,63)	2 (2,15)
Pratico exercício para queimar calorias	16 (21)	26 (27,95)

DISCUSSÃO

Do total de 240 estudantes, 71 (29,58%) foram classificadas como EAT+. Stracieri & Oliveira¹³, estudando os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em universitárias, encontraram o mesmo percentual (29,59%), sugerindo uma tendência atual de aumento da prevalência de distúrbios alimentares, já que esse percentual está acima do encontrado por outros autores em estudos semelhantes. Fiates & Salles¹⁴ encontraram um percentual de 22,17% de estudantes EAT+, já Castro & Goldstein¹⁵ e Pastore et al.¹⁶ encontraram percentual de 20% e 15%, respectivamente.

No curso de nutrição, o percentual de universitárias que apresentaram fator de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares foi maior do que no grupo de estudantes de farmácia. Em um estudo semelhante, Fiates & Salles¹⁴ encontraram um percentual maior de EAT+ em alunas de nutrição (25,43%) em relação às alunas de outros cursos (18,69%). Fernandes et al.¹⁷ também verificaram maior percentual de EAT+ em alunas de nutrição (23,61%) em relação ao curso de enfermagem.

Segundo Morgan et al.¹⁸, algumas profissões, como atletas, bailarinas, modelos e nutricionistas, apresentam risco elevado de desenvolvimento de transtornos alimentares pelo fato desses grupos apresentarem maior ligação com o corpo e a estética. Os resultados obtidos no presente estudo corroboram com essa afirmação. Porém, em relação às estudantes de nutrição, ainda não está elucidado se o desenvolvimento dos transtornos alimentares se deve ao aprofundamento da Ciência da Nutrição ao longo do curso e também à maior cobrança de ser magra ou se pessoas já preocupadas com a imagem corporal optem por essa área de estudo justamente por já terem interesse pessoal pelo tema.

Em relação à imagem corpórea, os resultados demonstram que um grande percentual das estudantes EAT⁺ encontra-se sempre preocupada com o desejo de serem mais magras, com a gordura corporal e com o excesso de peso. Essas questões evidenciam os transtornos alimentares e estão relacionadas com o seu desenvolvimento¹⁹.

O percentual de estudantes EAT⁺ que sempre fazem dieta foi maior entre as estudantes de nutrição se comparada às estudantes de farmácia. Isso talvez se deva ao fato das estudantes de nutrição terem maior conhecimento sobre a alimentação. Além disso, esse grupo é mais vulnerável à aceitação das pressões sociais acerca da imagem corporal¹⁴.

A atividade física é outro recurso utilizado para a perda de peso. Nas estudantes EAT⁺, mais de 80% relataram sempre praticarem atividade física com o objetivo de queimar calorias, sugerindo que a prática de exercício é utilizada somente para a perda de peso, excluindo os efeitos benéficos da atividade física à saúde. Esse fato também foi observado por Fiates & Salles¹⁴ em estudo comparativo, em que mais de 70% das estudantes EAT⁺ relataram praticar atividade física somente com o objetivo de perda de peso.

CONCLUSÕES

O percentual encontrado de universitárias que apresentaram fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares foi preocupante, demonstrando a tendência atual de aumento na prevalência de anorexia e bulimia nervosas.

As estudantes do curso de nutrição apresentaram maior percentual de EAT⁺, sugerindo que estão inseridas em um ambiente mais favorável ao desenvolvimento de transtornos alimentares. Porém, é válido ressaltar que não se pode justificar a presença dos mesmos devido a um único fator, considerando que a etiologia dos distúrbios alimentares é multifatorial.

Sendo assim, existe necessidade de esclarecer aos estudantes a presença desses fatores de risco e promover estratégias de intervenção nutricional.

REFERÊNCIAS

- Hsu LK. Epidemiology of eating disorders. *Psychiatr Clin North Am.* 1996;19(4):681-700.
- Silva SMCS, Mura JDP. Tratado de alimentação, nutrição e dietoterapia. 2ª ed. São Paulo: Roca; 2011.
- Fleithlich BW, Larino MA, Cobelo A, Cordás TA. Adolescent-onset anorexia nervosa. *J Pediatr.* 2000;76(suppl):S323-9.
- Fairburn CG, Harrison PJ. Eating disorders. *Lancet.* 2003;361(9355):407-16.
- Vieira JLL, Amorim HZ, Vieira LF, Amorim AC, Rocha PGM. Distúrbios de atitudes alimentares e distorção da imagem corporal no contexto competitivo da ginástica rítmica. *Rev Bras Med Esporte.* 2009;15(6):410-4.
- Melin P, Araujo AM. Transtornos alimentares em homens: um desafio diagnóstico. *Rev Bras Psiquiatr.* 2002;24(Supl III):73-6.
- Alves E, Vasconcelos FAG, Calvo MCM, Neves J. Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2008;24(3):503-12.
- Dubois L, Farmer A, Girard M, Peterson K, Tatone-Tokuda F. Problem eating behaviors related to social factors and body weight in preschool children: a longitudinal study. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2007;4:9.
- Dunker KLL, Philippi ST. Hábitos e comportamentos de adolescentes com sintomas de anorexia nervosa. *Rev Nutr.* 2003;16(1):41-50.
- Morgan CM, Vecchiatti IR, Negrão AB. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. *Rev Bras Psiquiatr.* 2002;24(3):18-23.
- Garner DM, Garfinkel PE. The eating attitudes test: an index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychol Med.* 1979;9(2):273-9.
- Nunes MA, Bagatini LF, Abuchaim AL, Kunz A, Ramos D, Silva JA, et al. Distúrbios da conduta alimentar: considerações sobre o Teste de Atitudes Alimentares (EAT). *Revista ABP-APAL.* 1994;16(1):7-10.
- Stracieri APM, Oliveira TC. Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares em universitárias. *Rev Digital Nutr.* 2008;2(3):1-11.
- Fiates GMR, Salles RK. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. *Rev Nutr.* 2001;14(supl.):3-6.
- Castro JM, Goldstein SJ. Eating attitudes and behaviors of pre and postpubertal females: clues to the etiology of eating disorders. *Physiol Behav.* 1995;58(1):15-23.
- Pastore DR, Fisher M, Friedman SB. Abnormalities in weight status, eating attitudes, and eating behaviors among urban high school students: correlations with self-esteem and anxiety. *J Adolesc Health.* 1996;18(5):312-9.
- Fernandes CAM, Rodrigues APC, Nozaki VT, Marcon SS. Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares: um estudo em universitárias de uma instituição de ensino particular. *Arq Ciênc Saúde Unipar.* 2007;11(1):33-8.
- Morgan CM, Vecchiatti IR, Negrão AB. Etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e sócio-culturais. *Rev Bras Psiquiatr.* 2002;24(3):18-23.
- Walsh TB, Devlin JM. Eating disorders: progress and problems. *Science.* 1998;280(5368):1387-90.