

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

**COMPREENDENDO O ESTIGMA DA OBESIDADE: UM RELATO DE  
EXPERIÊNCIA SOBRE OS IMPACTOS NA FORMAÇÃO DE FUTURAS  
PROFISSIONAIS NUTRICIONISTAS**

**FABIANA DE OLIVEIRA BARBOSA<sup>1</sup>;**  
**LAVÍNIA DE FREITAS MELO<sup>2</sup>;**  
**DANIELA VIEIRA DE SOUZA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [fabiana.barbosa01@aluno.unifametro.edu.br](mailto:fabiana.barbosa01@aluno.unifametro.edu.br);

<sup>2</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [lavinia.melo@aluno.unifametro.edu.br](mailto:lavinia.melo@aluno.unifametro.edu.br);

<sup>3</sup>Centro Universitário Fametro – Unifametro; [daniela.vieira@professor.unifametro.edu.br](mailto:daniela.vieira@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática: SAÚDE COLETIVA**

## **RESUMO**

**Introdução:** O estigma do peso é uma forma de discriminação presente em diversos contextos sociais, inclusive na formação de profissionais da saúde, repercutindo no cuidado prestado a pessoas gordas. **Objetivo:** Relatar a experiência da Iniciação Científica (IC) sobre o estigma da obesidade e seus impactos na formação acadêmica e pessoal de estudantes de nutrição. **Métodos:** Estudo descritivo e qualitativo, do tipo relato de experiência, baseado em vivências do projeto de pesquisa “Estigma da obesidade entre acadêmicos da área da saúde” iniciado em 2024. Incluiu contextualização teórica, leituras, elaboração de revisão integrativa e desenvolvimento de projetos de pesquisa. **Resultados:** A vivência na IC não apenas impulsionou o aprendizado acadêmico, mas também proporcionou profundas reflexões pessoais sobre o impacto do preconceito de peso. As participantes confrontaram estigmas e crenças previamente internalizados, percebendo como atitudes gordofóbicas, muitas vezes inconscientes, influenciam a maneira de enxergar e interagir com pessoas gordas. O processo de desconstrução de preconceitos gerou uma transformação significativa, tanto na perspectiva acadêmica quanto na formação de uma postura mais empática e acolhedora para pacientes. **Conclusão/Considerações finais:** A participação na pesquisa ampliou a compreensão sobre o estigma da obesidade, transformando a perspectiva das estudantes e impactando positivamente sua formação, com um olhar mais empático e acolhedor para pessoas com corpos maiores. **Palavras-chave:** Estigma de peso; Formação acadêmica; Atividade de pesquisa.

## **INTRODUÇÃO**

O estigma da obesidade ou estigma do peso é caracterizado pela Organização Mundial da Saúde como uma forma de discriminação e preconceito direcionado às pessoas

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

gordas que se manifesta em diversas facetas, como atos discriminatórios, estereótipos negativos e comportamentos de exclusão social e marginalização. Para combater o estigma da obesidade é essencial adotar uma abordagem abrangente, que envolva mudanças socioculturais, educacionais e, também, políticas. Isso inclui aumentar a conscientização sobre os efeitos prejudiciais da discriminação, promover ambientes livres de estigmas, visando garantir o respeito e a igualdade independentemente do peso corporal (OMS, 2017).

O estigma associado à obesidade ocorre em diferentes cenários como o familiar, educacional, profissional e em serviços de saúde (Geissler, Korz, 2020). Discute-se que o estigma da obesidade em profissionais da área da saúde começa a se formar já na graduação. Atari *et al.* (2023) destacam em seu estudo que discentes de medicina, tendem a associar o corpo gordo ao desleixo e culpabilizam exclusivamente os maus hábitos alimentares e a falta de exercício pelos casos de obesidade, ignorando fatores genéticos, metabólicos, estresse e condições psicológicas. Tal preconceito já havia sido evidenciado por Elboim-Gabyzon, Attar e Peleg (2020) ao apontarem que, entre graduandos de fisioterapia, as atitudes negativas em relação a pessoas com sobrepeso e obesidade são prevalentes. Esses dados destacam a necessidade urgente de intervenções educacionais na academia a fim de promover a formação dos futuros profissionais de saúde com uma visão mais inclusiva, empática e anti-gordofóbica, o que seria benéfico tanto para os discentes quanto, principalmente, para os pacientes ao serem atendidos com mais respeito.

Diante desse cenário, a Iniciação Científica (IC) surge como uma oportunidade de expandir os horizontes de estudantes da graduação, visto que questões sociais como o estigma do peso tendem a não ser profundamente discutidas na grade curricular obrigatória de boa parte dos cursos da área da saúde. A IC proporciona, sobretudo, uma complexa busca, explorando o tema com mais independência do que em uma aula tradicional, por exemplo. Excepcionalmente, a IC também torna possível um diálogo mais direto com um professor orientador capacitado no tema de interesse do discente, direcionando o estudo concretamente (Pinho, 2017). Nessa perspectiva, a IC se apresenta como uma alternativa viável para a necessidade de intervenções educacionais destacada por Elboim-Gabyzon, Attar e Peleg (2020), onde não só é possível obter conhecimento como iniciante científico, mas também levar essa educação humanizada para o público externo por meio das produções científicas elaboradas (Oliveira *et al.*, 2023).

## **XI JORNADA DE NUTRIÇÃO CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo relatar a experiência de iniciantes científicas ao estudarem sobre estigma do peso, bem como dissertar sobre os impactos das produções acadêmicas da IC “Estigma da Obesidade em Estudantes da Área da Saúde” na sua formação acadêmica.

### **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo, do tipo relato de experiência a respeito da vivência das iniciantes científicas do projeto intitulado “Estigma da obesidade entre acadêmicos da área da saúde em uma instituição de ensino superior de Fortaleza, Ceará”, tendo início em março de 2024, e segue em atividade até o presente ano letivo.

A fase introdutória da IC foi dedicada à contextualização da pesquisa sobre estigma de peso e gordofobia, sendo demandada a leitura, análise e interpretação de documentos e artigos científicos relevantes sobre o tema, preparando assim uma base sólida de conhecimento capaz de instruir as discentes a darem seguimento à IC. Sendo assim, foi possível iniciar a escrita do projeto de pesquisa, construindo sua hipótese, justificativa, revisão de literatura e encabeçar peças fundamentais da metodologia de pesquisa, como população e amostra.

Nesse ínterim, foi desenvolvido um resumo expandido para a Conexão Unifametro 2024, no formato de uma revisão integrativa, intitulado “Impactos da gordofobia médica no cuidado à saúde de Pacientes com obesidade”. A elaboração demandou grande afinho das discentes, visto que uma das estudantes não havia experiência prévia na escrita de trabalhos científicos. Outrossim, fez-se essencial a dedicação e paciência da professora orientadora em liderar e estimular a melhor performance das discentes.

### **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Participar da iniciação científica que pondera sobre a obesidade através de uma perspectiva que ultrapassa a visão estritamente biologicista e prioriza uma abordagem com foco na pessoa foi, sobretudo, uma experiência enriquecedora e transformadora. Durante esse processo, não apenas foi aprofundado o conhecimento acadêmico, mas também foi provocada uma intensa reflexão pessoal. Percebeu-se como o preconceito acerca do peso está enraizado nos serviços e profissionais de saúde, bem como na sociedade de maneira geral. Através das pesquisas observou-se que as questões relacionadas ao preconceito do peso afetam não apenas

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

os cuidados aos pacientes com excesso de peso, mas também a formação de futuros profissionais da área da saúde (Melo; Barbosa; Souza, 2024). Para além disso, foi possível identificar traços de gordofobia internalizada nas participantes desse programa de IC.

Ao elaborar o resumo expandido para a Conexão, as discentes se confrontaram com estereótipos que, até então, eram carregados de forma despercebida. Notou-se que atitudes gordofóbicas podem surgir até mesmo em interações “bem-intencionadas”, especialmente no contexto médico, e como essas posturas afetam não apenas a saúde física, mas também o bem-estar emocional dos pacientes. Estudos como os de O'Donoghue *et al.* (2021) e Souza *et al.* (2023) evidenciaram que o preconceito de peso pode levar à evasão do cuidado médico e à piora das condições de saúde, não apenas devido à obesidade em si, mas também pela falta de acolhimento e humanização no atendimento. Ao ler esses estudos, iniciaram questionamentos na própria visão sobre a obesidade e os impactos que discursos estigmatizantes podem ter.

Uma das maiores lições concebidas foi entender que a obesidade não pode ser reduzida a um simples resultado de escolhas individuais. Durante a construção do projeto de pesquisa, ampliou-se o entendimento de que se trata de uma condição multifatorial, influenciada por aspectos genéticos, sociais e emocionais (OMS, 2024). Essa conscientização mudou a forma de enxergar e se relacionar com o assunto, acima de tudo, causando reflexões sobre a importância de um olhar mais humano e empático para a pessoa gorda, bem como a maneira como percebemos e julgamos corpos, inclusive os nossos.

Outro ponto marcante foi compreender a relação entre autoestigma (gordofobia internalizada) e autoimagem. O estudo de Geissler e Korz (2020) mostrou que ambientes gordofóbicos influenciam não apenas o comportamento, mas também a forma como a pessoa gorda se enxerga. Ao refletir sobre isso, percebeu-se o impacto das mensagens recebidas ou ditas ao longo da vida como: “tem um rostinho bonito, mas está acima do peso”, frases do tipo “fulana engordou, né?” ou “você viu como ele está enorme?” e como, em muitos momentos, reproduzimos discursos prejudiciais sem perceber. Essa descoberta reforçou a necessidade de promover ambientes que combatam estigmas e valorizem a dignidade de cada pessoa, independentemente do peso corporal.

Além da reflexão pessoal, a escrita sobre estigma da obesidade possibilitou compreender que combater a gordofobia médica não se trata apenas de melhorar o atendimento clínico, mas de transformar mentalidades. Pesquisas como as de Renold *et al.* (2023) e Sherf-

## **XI JORNADA DE NUTRIÇÃO CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

Dagan *et al.* (2022) demonstraram que intervenções educacionais bem estruturadas podem mudar a forma como os profissionais de saúde enxergam a obesidade, tornando o cuidado mais humanizado. Isso reforçou em nós a importância de buscar constantemente atualização e aprendizado para oferecer um atendimento mais empático e respeitoso.

Ademais, nos aprofundar no assunto acerca do estigma da obesidade, entre estudantes da área da saúde, despertou um senso de responsabilidade que vai além do âmbito acadêmico ou profissional. Essa experiência provocou mudanças ao nível pessoal. Não se trata apenas de compreender a obesidade sob uma nova perspectiva, mas de reconhecer e desconstruir preconceitos que, por muito tempo, reproduzimos sem perceber, inclusive contra nós. Refletir sobre o autoestigma fez enxergar o peso de discursos e atitudes que antes pareciam inofensivos, mas que, na verdade, perpetuam um sofrimento silencioso.

Por fim, hoje é possível entender que, como futuras nutricionistas, nosso papel não é apenas promover orientações alimentares adequadas nutricionalmente, mas garantir que cada paciente seja tratado com respeito, dignidade e sem julgamentos. Esse aprendizado será levado adiante, não só na prática profissional, mas em todas as relações, buscando contribuir para uma sociedade mais inclusiva e um ambiente de saúde verdadeiramente acolhedor para todas as pessoas, independentemente do tamanho do corpo.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÃO**

Diante do exposto, percebe-se a importância e o impacto do estudo do estigma da obesidade e gordofobia médica durante a graduação de nutrição. O aprofundamento nessa temática possibilitou transformações na visão das futuras profissionais sobre as pessoas que prestarão cuidado à saúde, mas também permitiu enxergar a si mesma de uma maneira mais humanizada. Ambas as mudanças propiciarão uma nutrição mais inclusiva, respeitosa e sustentável para pessoas com corpos maiores.

Participar das pesquisas incentivou as iniciantes científicas a questionarem preconceitos que estavam internalizados. Nesse processo foram confrontadas não apenas com teorias e dados acadêmicos, mas também com suas próprias percepções e preconceitos. Essa jornada se tornou um profundo processo de autodescoberta e amadurecimento, em que foram desafiadas a refletir sobre como o preconceito relacionado ao peso não apenas afeta pacientes, mas também pode estar enraizado em nós de forma quase imperceptível. Reconhecer traços de

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

gordofobia internalizados em nossa própria visão sobre corpos grandes trouxe à tona a importância de desconstruir ideias preconcebidas e de cultivar um olhar mais humano e acolhedor.

## REFERÊNCIAS

ATARI, N. S. B.; PEIXOTO, G. Q.; SORIANI, E. P.; OLIVEIRA, J. P.; ROSSASI, M. B.; MAIA, L. A. L. A linha tênue entre a promoção da saúde e a reprodução de discursos gordofóbicos pelos médicos. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Distrito Federal, v.47, n. 3, p. 85-93, 2023.

ELBOIM-GABYZON, M.; ATTAR, K.; PELEG, S. Weight stigmatization among physicaltherapy students and registered physical therapists. **Obesity Facts**, Munique, v. 13, n. 2, p. 104–116, 2020.

GEISSLER, M. E.; KORZ, V. Atitudes de enfermeiros de equipe da Saúde da Família em relação à obesidade. **DEMETRA Alimentação Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 460-485, 2020.

MELO, L. F.; BARBOSA, F. O.; SOUZA, D. V. Impactos da gordofobia médica no cuidado à saúde de Pacientes com obesidade: uma revisão da literatura. **UNIFAMETRO – CONEXÃO UNIFAMETRO 2024 - XX SEMANA ACADÊMICA - XII Encontro de Iniciação à Pesquisa**, Fortaleza, 2024. Disponível em: <https://doity.com.br/anais/conexaounifametro2024/trabalho/408270>. Acesso em 06 abr. 2025.

O'DONOGHUE, G.; CUNNINGHAM, C.; KING, M.; O'KEEFE, C.; ROFACIL, A.; CMAHON, S. A qualitative exploration of obesity bias and stigma in Irish healthcare; the patients' voice. **PloS One**, Irlanda, v. 16, n. 11, p. 260-275, 2021.

OLIVEIRA, L. C.; SOARES, A. R. S.; SABATINI, F.; ULIAN, M. D.; UNSAIN, R. A. F.; SCAGLIUSI, F., B. “Narrativas de Peso”: relato da experiência de construção de um curso educativo sobre estigma relacionado ao peso corporal e o cuidado em saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 1-14, 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Obesity and overweight**. OMS, 01 mar. 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 23 mar. 2025.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Weight bias and obesity stigma: considerations for the Who European Region**. Europa: 2017. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/353613>. Acesso em: 06 abr. 2025.

PINHO, M. J. Ciência e ensino: contribuições da iniciação científica na educação superior. Avaliação: **Revista da Avaliação da Educação Superior**, Campinas, v. 22, n. 3, p. 658–675, 2017.

**XI JORNADA DE NUTRIÇÃO**  
**CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO**

RENOLD, C. *et al.* The effect of a multifaceted intervention including classroom education and bariatric weight suit use on medical students' attitudes toward patients with obesity. **Obesity Facts**, Munique, v. 16, n. 1, p. 1-11, 2023.

SHERF-DAGAN, S. *et al.* The effect of an education module to reduce weight bias among medical centers employees: A randomized controlled trial. **Obesity Facts**, Munique, v. 15, n. 3, p. 384-394, 2022.

SOUZA, E. C.; BARCELOS, T. N.; LIMA, M. B.; FAUS, D. P.; FAERSTEIN, E. Vivências de gordofobia médica em serviços de saúde no Brasil. **Journal Health NPEPS**, Mato Grosso, v. 8, n. 1, p. 110-129, 2023.