

PRESENÇA DE ORTOREXIA NERVOSA EM ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PRIVADA DA CIDADE DE FORTALEZA

Yngrid Braga de Sousa

Discente – Centro Universitário Fametro – Unifametro
yngrid.sousa@aluno.unifametro.edu.br

Juliana Dutra Souto

Discente – Centro Universitário Fametro – Unifametro
juliana.dutra@aluno.unifametro.edu.br

Daniela Vieira de Souza

Docente – Centro Universitário Fametro – Unifametro
daniela.vieira@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Encontro Científico: IX Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

RESUMO

Introdução: A ortorexia nervosa é uma síndrome alimentar emergente definida atualmente como uma obsessão por um comer saudável, porém, ainda não é reconhecida mundialmente como um transtorno alimentar. Discentes e profissionais da área da saúde são propensos a desenvolverem tal doença, principalmente, graduandos de nutrição. **Objetivo:** Avaliar a presença de ortorexia nervosa em estudantes de nutrição e sua relação com o período do curso e o estado nutricional. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, realizado com 149 graduandos de nutrição de uma instituição de ensino superior privada localizada na cidade de Fortaleza. Foram incluídos aqueles com idade de 19 a 40 anos, de ambos os sexos e de todos os semestres do curso. Foram excluídos aqueles que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), os que responderam de modo incompleto aos questionários, gestantes e aqueles que possuíam formação superior. Foi utilizado um questionário socioeconômico, antropométrico e o ORTO-15, empregado para avaliar o risco de ortorexia nervosa. **Resultados:** Os achados demonstraram alta tendência a ortorexia nervosa nos estudantes de nutrição, sendo maior em acadêmicos que se encontram em períodos iniciais e do meio do curso quando comparados àqueles do final da graduação. Em relação ao estado nutricional, percebeu-se uma maior presença nos indivíduos eutróficos. **Considerações finais:** A população estudada é suscetível a desenvolver a ortorexia nervosa. Com isso, faz-se necessário mais pesquisas e debates sobre o assunto dentro do mundo acadêmico para conscientização e identificação precoce da enfermidade.

Palavras-chave: Ortorexia Nervosa; Estudantes de nutrição; Estado nutricional.

INTRODUÇÃO

Proposta inicialmente em 1997 pelo médico Steve Bratman, a Ortorexia Nervosa (ON) se enquadra como um comportamento alimentar disfuncional caracterizado por uma

preocupação excessiva com uma dieta saudável e com a qualidade dos alimentos (OBERLE; SAMAGHABADI; HUGHES, 2017). De acordo com Appolinario, Nunes e Cordás (2022) é uma síndrome alimentar emergente, uma vez que ainda não reconhecida como transtorno alimentar pelo Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - V (American Psychiatric Association) (ANJOS, SALOMON, 2018).

A ON pode ser evidenciada por severas restrições alimentares com ênfase na adesão reverente, quase ascética a uma dieta específica, de modo que o indivíduo se sinta limpo e puro. A violação das regras autoestabelecidas, estão associadas a um forte sentimento de medo de doenças, acompanhada de ansiedade, vergonha e uma sensação de impureza pessoal (GKIOULEKA *et al.*, 2022).

Conforme Koven e Abry (2015), apesar de ser motivada pela vontade de buscar melhor qualidade de vida e saúde, a patologia pode ocasionar deficiências nutricionais, complicações médicas e baixa qualidade de vida. A perda de peso não é o foco, porém com o tempo as restrições dietéticas se tornam tão excessivas que podem ocasionar o emagrecimento não saudável (APPOLINARIO; NUNES; CORDÁS, 2022).

Não se tem dados disponíveis quanto à prevalência, mas observa-se que há um aumento na incidência entre pessoas cuja profissão tenha relação direta com a alimentação ou cuidados com corpo (ANJOS, SALOMON, 2018). Os estudantes de Nutrição, em sua maioria composta por jovens, passam a graduação se aprofundando na qualidade dos alimentos e quase sempre são associados e cobrados pela sociedade como um “modelo alimentar”, e caso não vivam como tal, frequentemente são julgados. Por esse motivo, pode-se considerar que esse público é um grupo mais vulnerável a desenvolver a ON (PENAFORTE *et al.*, 2018).

O presente estudo teve como objetivo identificar a existência de comportamentos ortoréxicos em estudantes de nutrição de uma Instituição de Ensino Superior (IES) privada de Fortaleza e sua associação com o estado nutricional e período do curso.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e com abordagem quantitativa desenvolvido no período de abril a setembro de 2022, com indivíduos regularmente matriculados no curso de nutrição de uma IES privada do município de Fortaleza. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO, CAEE: 52277621.0.0000.5618, parecer n. 5.298.393 em março de 2022.

Os alunos foram convidados a participar da pesquisa via e-mail e de forma presencial em sala de aula. Foram incluídos alunos de ambos os sexos, de todos os semestres do curso e com idade de 19 a 40 anos. Foram excluídos aqueles que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), os que responderam de modo incompleto aos questionários, gestantes e aqueles que possuíam formação superior.

Para a coleta dos dados, aplicou-se questionários on-line, elaborados no Google Forms[®], e impressos, de forma presencial. Para obter as informações socioeconômicas, foi utilizado um instrumento que abordava os seguintes aspectos: idade, semestre e turno do curso, renda individual e familiar, e tipo de alimentação.

Para verificar o estado nutricional, utilizou-se a altura e o peso autorreferidos para calcular o Índice de Massa Corporal (IMC). O estado nutricional foi classificado a partir dos pontos de corte do IMC propostos pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998).

Para analisar o comportamento ortoréxico, foi utilizado o questionário ORTO-15, adaptado e validado para o português por Pontes (2012). O instrumento é autoaplicável, composto por 15 questões estruturadas, e avaliou atitudes relacionadas à seleção, aquisição, preparo e consumo de alimentos. Os itens apresentavam quatro opções de respostas: “sempre”, “muitas vezes”, “algumas vezes” e “nunca”, que variavam de 1 a 4 pontos por item, com pontuação total de no mínimo 15 e no máximo 60. O ponto de corte abaixo de 40 caracteriza comportamento condizente com ON na população geral.

Os dados foram tabulados em planilha do Microsoft Excel[®] (2010). A partir dos resultados obtidos, realizou-se a análise estatística descritiva: média, desvio padrão e frequência para avaliar o risco de desenvolvimento de ON pelos estudantes avaliados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

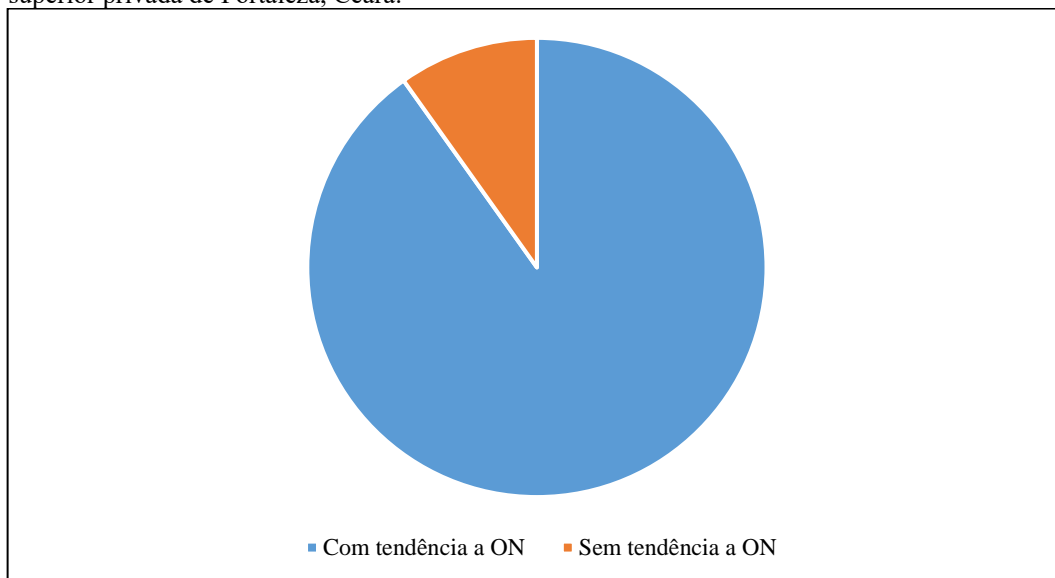
Participaram deste estudo 149 discentes matriculados em todos os semestres do curso de nutrição, sendo 75,17% (n=112) do sexo feminino e 24,83% (n=37) do sexo masculino. A média de idade dos alunos foi de $23,28 \pm 4,27$ anos.

Os resultados do ORTO-15 evidenciaram que 85,91% (n=128) dos acadêmicos apresentaram comportamento ortoréxico como demonstrado no gráfico 1.

Corroborando com os achados desta pesquisa, Rodrigues *et al.* (2017) em um estudo realizado com 113 discentes de uma IES pública; Marchi e Baratto (2018) com 82 alunos de uma instituição localizada na cidade Pato Branco no Paraná; Anjos e Salomon (2018) com 101 alunos do Centro Universitário de Brasília, e Oliveira *et al.* (2021) com 285 alunos entre o

primeiro e o sexto semestre de uma IES do município de São Paulo, todos de cursos de nutrição, utilizando o mesmo questionário do presente estudo, acharam que 94,69% (n=107), 80% (n=66), 88,1% (n= 88) e 72% (n=205) apresentaram traços de ON, respectivamente.

Gráfico 1 – Presença de Ortorexia Nervosa em estudantes de nutrição em uma instituição de ensino superior privada de Fortaleza, Ceará.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2022).

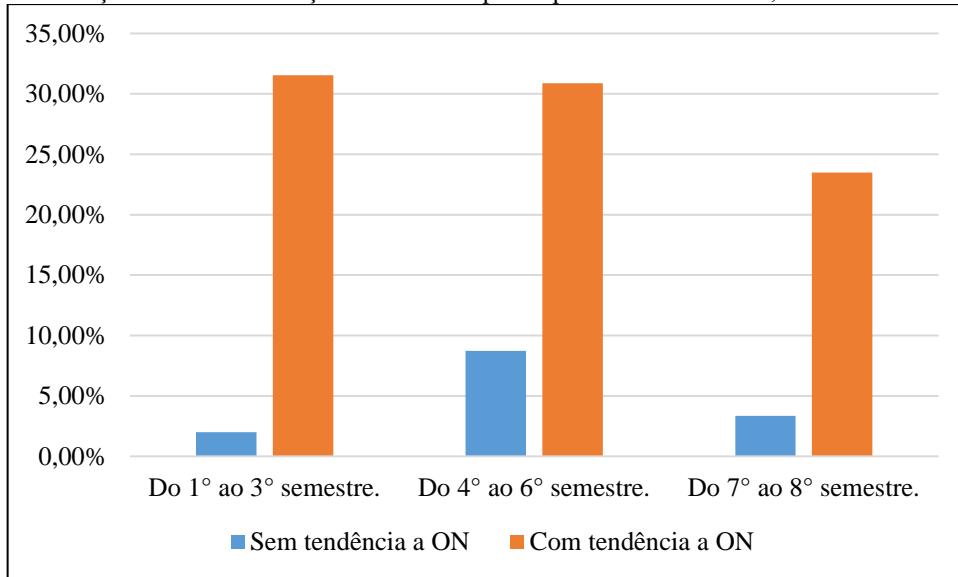
De acordo com Penaforte *et al.* (2018), estudantes de nutrição têm preocupação elevada com os componentes e a densidade calórica dos alimentos, avaliando apenas o quesito puramente biológico e excluindo todas as atribuições que o alimento tem dentro do contexto social. O fato de constantemente estarem em contato com informações e orientações sobre alimentação e nutrição favorece a ideia de responsabilidade acerca das suas escolhas alimentares, o que pode levar a um comportamento obsessivo (OLIVEIRA *et al.*, 2021).

Ao avaliar a presença de comportamento ortoréxico por período do curso, foi verificado que os discentes dos semestres iniciais (n=47) e do meio do curso (n=46), apresentaram mais comportamentos de ON (31,54% e 30,87%, respectivamente) quando comparado aos alunos dos semestres finais (n=35; 23,49%), como evidenciado no gráfico 2.

Diferente dos resultados deste estudo, Rodrigues, Dargham e Oliveira (2022) encontraram que não houve diferença de comportamento ortoréxico entre os alunos do 1º (96,7%), 3º (92,3%), 5º (97,1%) e 8º (90,9%) semestres do curso. Contrário a esses achados, Anjos e Salomon (2018), averiguaram que somente discentes do 1º ao 3º semestre apresentaram elevada prevalência (42,5%) de ON quando comparado aos alunos do 4º ao 6º (25,8%) e do 7º e 8º (19,8%). Entretanto, Oliveira *et al.* (2021), observaram que os estudantes do 1º semestre

(81,4%), 4º semestre (79,3%), 5º semestre (73,4%) e 6º semestre (71,4%) mostraram prevalência elevadas e semelhantes de ON quando comparados aos graduandos do 2º semestre (57,1%) e do 3º semestre (65,4%) do curso.

Gráfico 2 - Presença de comportamento ortoréxico por período do curso em estudantes de nutrição em uma instituição de ensino superior privada de Fortaleza, Ceará.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2022).

Penaforte *et al.* (2018) sugerem que esses comportamentos podem estar presentes antes mesmo do início do curso, podendo estar relacionado à motivação pela busca do curso e à falta de conhecimento a respeito da ciência da Nutrição (OLIVEIRA *et al.*, 2021). Com isso, existe a necessidade de acompanhar e prevenir tais comportamentos entre os universitários em todos os períodos da graduação.

Em relação ao estado nutricional dos estudantes, identificou-se que a presença de comportamento ortoréxico foi mais evidente em alunos eutróficos (Tabela 1).

Penaforte *et al.* (2018) encontrou associação significativa ($p < 0,05$) entre estudantes com excesso de peso e tendência para a ON. Rodrigues, Dargham e Oliveira (2022) quando correlacionaram o IMC ao escore de ON, observaram pequena tendência ($p = 0,016$) ao comportamento ortoréxico com IMC elevado. Corroborando com os achados da presente pesquisa, Marchi e Baratto (2018) verificaram relação positiva ($p < 0,0358$) da ON em estudantes com IMC menor. Entretanto, conforme afirmam Appolinario, Nunes e Cordás (2022), a principal característica da ON é o foco na qualidade dos alimentos, sendo a perda de peso uma consequência da patologia.

A presente pesquisa possui algumas limitações que devem ser consideradas na análise dos dados obtidos. O instrumento utilizado apresenta limitações e o ponto de corte e determinadas perguntas devem ser avaliadas cuidadosamente, uma vez que podem classificar pessoas com preocupação normal com a alimentação com tendências à ON. Entretanto, o estudo tem achados relevantes sobre um tema pouco debatido e conhecido dentro da nutrição.

Tabela 1 – Classificação da ON de acordo com o estado nutricional em estudantes de nutrição em uma instituição de ensino superior privada de Fortaleza, Ceará.

Ortorexia	Estado Nutricional					Total
	Baixo Peso	Eutrofia	Sobrepeso	Obesidade Grau I	Obesidade Grau II	
Com tendência %	0,00(n=0)	53,02(n=79)	20,81(n=31)	8,72(n=13)	3,36(n=5)	85,91(n=128)
Sem tendência %	0,67(n=1)	8,72(n=13)	2,01(n=6)	0,67(n=1)	0,00(n=0)	14,09(n=21)
Total	0,67(n=1)	61,74(n=92)	24,83(n=37)	9,40(n=14)	3,36(n=5)	100(n=149)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo averiguou que os estudantes de nutrição avaliados possuem alta tendência à ON, principalmente, naqueles que estão no início e no meio do curso. Esse fato pode ser motivado pelos discentes já terem interesse no tema alimentação saudável antes de iniciarem a faculdade. Com relação ao estado nutricional, a maioria do público com a patologia encontra-se com IMC de eutrofia quando comparado às outras classificações.

Com o exposto acima, esse estudo visa contribuir para uma maior investigação sobre essa síndrome alimentar emergente e destaca a necessidade de debater sobre o assunto que ainda é pouco explorado na literatura científica e no mundo acadêmico. Sugere-se atividades de conscientização sobre a ortorexia nervosa, seja através de rodas de conversas, palestras e minicursos, para possibilitar a identificação de forma precoce de estudantes de nutrição que possuem esse comportamento alimentar disfuncional, bem como orientar a busca de tratamento especializado.

REFERÊNCIAS

ANJOS, L. P.; SALOMON, A. L. R. **Comportamento de risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa em estudantes de nutrição do centro universitário de Brasília**. 2018. 25 f. Monografia (Graduação em Nutrição) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2018.

APPOLINARIO, J. C.; NUNES, M. A. A, CORDÁS, T. A. **Transtornos Alimentares: diagnóstico e manejo**. Porto Alegre: Artmed, 2022.

GKIOULEKA, M.; STAVRAKI, C.; SERGENTANIS, T. N.; VASSILAKOU, T. Orthorexia Nervosa in Adolescent and young adults: a literature review. **Children (Basel)**, Suíça, v. 9, n. 3, p. 1 – 14, 2022.

KOVEN, N. S.; ABRY, A. W. The clinical basis of orthorexia nervosa: emerging perspectives. **Neuropsychiatr. Dis. Treat.**, Reino Unido, v. 11, p. 385 – 394, 2015

MARCHI, P.; BARATTO, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior no sudoeste do Paraná. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 12, n. 74, p. 699 – 706, 2018.

OBERLE, C. D., SAMAGHABADI, R. O., HUGHES, E. M. Orthorexia nervosa: Assessment and correlates with gender, BMI, and personality. **Appetite**, England, n. 1, v. 108, p. 303-310, 2017.

OLIVEIRA, M. F.; MAGNOLI, A. B. R. R.; MORAIS, B. A. B.; BORGES, L. R.; SERAFIM, L. H. M., GANEN, A. P. Relação entre comportamentos de risco para ortorexia nervosa, mídias sociais e dietas em estudantes de nutrição. **Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 14, n. Supl. 1., p. 1 – 15, 2021.

Organização Mundial de Saúde – OMS. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Geneva: World Health Organization; 1998. (WHO/NUT/NCD/98.1).

PENAFORTE, F. R. O.; BARROSO, S. M.; ARAÚJO, M. E.; JAPUR, C. C. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período do curso. **J. brasil. Psiquiatr**, Rio de Janeiro, v. 67, n. 1, p. 18 – 24, 2018.

PONTES, J. B. **Ortorexia em estudantes de nutrição: a hipercorreção incorporada ao *habitus* profissional?** 2012. 73 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2012.

RODRIGUES, A. M.; DARGHAM, M. M.; OLIVEIRA, A. M. P. Comportamento ortoréxico em estudantes de nutrição. **Interação**, Minas Gerais, v. 24, n. 1, p. 97 -106, 2022.

RODRIGUES, B. C.; OLIVEIRA, G. N. S.; SILVA, E. I. G.; MESSIAS, C. M. B. O. Risco de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes de nutrição. **Scientia Plena**, Sergipe, v. 13, n. 7, p. 1 – 8, 2017.