



VIII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG  
VI Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



## PREVALÊNCIA DE RISCO DE ORTOREXIA EM FREQUENTADORES DE ACADEMIAS DA CIDADE DE FARROUPILHA - RS

Amanda Rosanelli, Caroline Calloni\*

endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS –  
CEP: 95020-472.

\*Caroline Calloni,

### Palavras-chave:

Ortorexia. Atividade física. Alimentação saudável.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** A ortorexia nervosa, embora ainda não seja reconhecida como transtorno alimentar, teve seu aparecimento a partir da crescente preocupação com a alimentação (PONTES *et al.*, 2014). A ortorexia é caracterizada pela obsessão patológica pela alimentação saudável, que pode levar a importantes restrições alimentares. Indivíduos com ortorexia eliminam o consumo de alimentos que sejam industrializados ou que possam passar por processamentos que acarretem perda de nutrientes ou incorporações de substâncias nocivas à saúde (ZAMORA *et al.*, 2005). Desta forma, o indivíduo acaba desenvolvendo obsessão pela alimentação saudável, tendo especial atenção com o modo de preparo dos alimentos, com a origem da matéria prima, com os utensílios utilizados, com as formas de conservação dos alimentos, entre outros aspectos que podem influenciar na qualidade nutricional e microbiológica dos alimentos (BARTRINA, 2007). Considerando que existem poucos estudos sobre a ocorrência de ortorexia na população, mais especificamente em praticantes de atividade física e diante do panorama apresentado, o presente estudo teve por objetivo avaliar a prevalência de risco de ortorexia em frequentadores de academias da cidade de Farroupilha - RS. **MATERIAL E MÉTODOS:** Foi realizado um estudo epidemiológico observacional, com delineamento transversal, com coleta de dados primários, que avaliou a prevalência de risco ortorexia em frequentadores de três academias da cidade de Farroupilha - RS. O tamanho da amostra foi determinado por conveniência, ou seja, fizeram parte do estudo aqueles indivíduos que aceitaram responder os questionários e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para a coleta de dados foi aplicado um questionário sociodemográfico, de estilo de vida, alimentação e nutrição, com questões fechadas, desenvolvido pelas pesquisadoras. Para avaliar a prevalência do risco de desenvolvimento de ortorexia, foi utilizado um questionário padronizado o Orto-15, também foram

coletados dados antropométricos, onde os indivíduos entrevistados referiram a massa corporal e a estatura. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Fizeram parte do estudo 95 indivíduos, sendo que 58,9% (n=56) eram do sexo masculino. Quarenta por cento dos indivíduos (n=38) apresentaram idade entre 18 a 25 anos e 20% (n=19) entre 26 a 30 anos. Quanto a escolaridade, observou-se que 32,6% (n=31) da amostra possui ensino médio completo e 31,6% (n=30) ensino superior incompleto. A maioria (53,7% - n=51) tem renda familiar entre 4 a 6 salários-mínimos, sendo que 65,3% (n=62) dos indivíduos são assalariados e 23,2% (n=22) são autônomos. Em relação a etnia, a maior proporção encontrada foi 76,8% (n=73) que se declaravam brancos. O presente estudo verificou que 4,2% dos indivíduos praticantes de atividade físicas nas três academias de Farroupilha apresentaram risco de ortorexia, sendo 100% eram do sexo feminino. PONTES (2012) realizou um estudo com estudantes do sexo feminino e masculino de um curso técnico em Nutrição e Dietética e observou que 83% das alunas apresentavam comportamento de ortorexia nervosa. Em outro estudo com estudantes do sexo feminino do curso de nutrição do primeiro ao último semestre da universidade do Vale do Paraíba do Sul/SP, com idade igual ou maior que 18 anos, observou que 88,7% das universitárias apresentavam comportamento de risco para ortorexia nervosa (SOUZA *et al.*, 2014). Por outro lado, no estudo de PONTES (2012) ele declara que indivíduos com idade mais elevada possuem maior risco de se tornarem ortoréxicos. Quando correlacionado prevalência de risco de ortorexia e idade observou-se que 17,6% dos indivíduos que tinham idade entre 31 a 35 anos apresentavam risco. No estudo de DELL'OSSO *et al.*, (2016) averiguou que o comportamento de risco para ortorexia nervosa é mais comum em indivíduos com idade menor que 29 anos. **CONCLUSÃO:** Os resultados encontrados no presente estudo demonstram que a prevalência de risco de ortorexia é baixo nesta população, entretanto confirma que o risco é maior no sexo feminino. Por isso, é de fundamental importância que sejam realizados novos estudos com o objetivo de explorar os resultados aqui discutidos quando se trata de prevalência de risco de ortorexia e estado nutricional e nessa população em específico. Além disso, é de fundamental importância a inserção de um profissional nutricionista qualificado em ambientes onde é realizada a prática de atividade física, para que o consumo alimentar e o desempenho nas atividades físicas sejam melhores, assim conseguindo atingir os resultados desejados sem causar danos à saúde.

**REFERÊNCIAS**

- BARTRINA, J. A. Ortorexia o laobsesión por la dieta saludable. Arch.Latinoam. **Revista Nutr.** Vol. 57. Num. 4. 2007. p. 313-315.
- DELL'OSSO, L.; ABELLI, M.; CARPITA, B.; MASSIMETTI, G.; PINI, S.; RIVETTI, L.; E CARMASSI, C. Orthorexia nervosa in a sample of Italian university population. **Revista Di Psichiatria.** Vol. 51. Num. 5. 2016. p. 190-196.
- PONTES, J. B. **Ortorexia em estudantes de nutrição: a hipercorreção incorporada ao habitus profissional.** Dissertação de Mestrado em Ciências da Saúde. Universidade de Brasília. Brasília. 2012.
- PONTES, J. B.; MONTAGNER, M. I.; MONTAGNER, M. A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15. **Revista Demetra: alimentação, nutrição & saúde.** Vol. 9. Num. 2. 2014. p. 533-548.
- SOUZA, Q. J. O. V.; RODRIGUES, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. **Revista J Bras Psiquiatr.** Vol. 63. Num. 3. 2014. p. 200-204.
- ZAMORA, M. L. C.; BONAECHEA, B. B.; SÁNCHEZ, F. G.; RIAL, B. R. Orthorexia nervosa. A new eating behavior disorder? **Revista Actas Esp Psiquiatr.** Vol. 33. Num. 1. 2005. p. 66-68.