



4º Congresso de Responsabilidade Socioambiental da FSG

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



AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO DE RISCO PARA TRANSTORNOS ALIMENTARES DE GRADUANDOS DA ÁREA DA SAÚDE DE UM CENTRO UNIVERSITÁRIO DA SERRA GAÚCHA/RS EM MEIO À PANDEMIA DE COVID-19

Lisiane Daniela Paim^a, Maria Fernanda Manica-Cattani^a, Fernanda Bissigo Pereira^a, Joana Zanotti^{a*}

a) Curso de Nutrição, FSG Centro Universitário, Caxias do Sul, RS.

Informações de Submissão

*Prof. Dra. Joana Zanotti,
Endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366.
Caxias do Sul – RS. CEP: 95020-472.
E-mail: joana.zanotti@fsg.edu.br

Palavras-chave:

Comportamento de risco para transtornos alimentares. Graduandos. COVID-19.

Resumo

Vivemos em uma sociedade que valoriza e impõe padrões corporais dificilmente possíveis de serem alcançados sem esforços desmedidos e alterações consideravelmente grandes no comportamento alimentar. Algumas pessoas manifestam profundas perturbações e desvios nesse comportamento, desenvolvendo, assim, transtornos alimentares, que acabam por trazer prejuízos significativos à qualidade de vida. Em março de 2020, a pandemia causada pela COVID-19 demandou restrição social, que culminou em diversas mudanças no estilo de vida. **Objetivo:** Avaliar o comportamento de risco para transtornos alimentares (CRTA) de graduandos da área da saúde de um centro universitário da Serra Gaúcha/RS em meio à pandemia de COVID-19. **Metodologia:** Trata-se de um estudo observacional transversal com graduandos da área da saúde, no qual foram utilizados dois questionários para a coleta de dados: socioeconômico e o EAT-26. **Resultados:** Foram avaliados 353 graduandos. A maioria dos graduandos que respondeu a pesquisa era do curso de nutrição, do sexo feminino e tinha idade entre 18 e 25 anos. Em relação ao CRTA pode-se ressaltar a elevada prevalência do sexo feminino (27,3%) e a associação linear em relação à idade: quanto menor a idade, maior a prevalência para CRTA.

1 INTRODUÇÃO

É sabido que alimentação saudável, aliada à prática de atividades físicas permanentes é importante para a promoção da melhora da qualidade de vida (Ministério da Saúde, 2014). No entanto, as condições de restrição social impostas pela pandemia de COVID-19 tendem a promover

hábitos alimentares inadequados, ao mesmo tempo um declínio no exercício e aumento no conforto ao comer promovendo ganho de peso (CHAARID et al.,2020). Alterando, assim, a rotina à qual os graduandos são submetidos, geralmente, apresenta elevada carga horária, especialmente para os casos em que eles possuem jornada estendida ao estudarem e trabalharem. Isso leva a um acúmulo de atividades, o que pode vir a influenciar negativamente as suas escolhas alimentares (COSTA, 2018).

O objetivo do presente trabalho é avaliar o comportamento de risco para transtornos alimentares (CRTA) de graduandos da área da saúde de um centro universitário da Serra Gaúcha/RS em meio à pandemia de COVID-19.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A idealização do corpo, muitas vezes pautada em projeções pouco realistas, em que esforços desmedidos de tempo, dinheiro e energia psíquica precisam ser gastos para chegar ao corpo cobiçado. A obsessão por medidas antropométricas ganhou mais notoriedade e espaço na vida das pessoas devido ao facilitado acesso a mídias sociais, que corroboram com uma crescente e entusiasta propagação de tendências muitas vezes nocivas à autoimagem (CONTI, 2009). Quem mais sofre com essas mazelas é o público feminino e a indústria *fitness* se privilegia desse cenário decadente em que a preocupação com a forma física ganha proporções cada vez mais relevantes na vida das pessoas, incentivando o autodesprezo em detrimento da autoaceitação e da promoção de ações de saúde protetoras e responsáveis (BIGHETTI, 2004).

Diante deste cenário, é necessário um olhar mais atento acerca dos transtornos alimentares (TA), que representam uma importante questão de saúde pública. De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), os transtornos alimentares caracterizam-se por perturbações persistentes no ato de se alimentar, colocando em risco a saúde física e mental do indivíduo. Muito embora haja aspectos similares em todos os transtornos alimentares, cada um possui seu próprio curso clínico, tratamento e desfecho, sendo, portanto, mutuamente excludentes. Categorizam-se como os principais transtornos alimentares a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e a compulsão alimentar periódica (DSM-5, 2014).

Essas condições de saúde citadas podem desencadear prejuízos importantes no desempenho acadêmico, ainda mais se associadas a um contexto pandêmico. A pandemia causada pela COVID-19 foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no dia 11 de março de 2020 (WHO, 2020). A rápida taxa de transmissão da doença, aliada à ausência de uma vacina ou tratamento, fizeram com que o aumento do número de casos aumentasse exponencialmente. A OMS então

recomendou aos governos que adotassem intervenções não farmacológicas (INF), como lavagem frequente das mãos, uso de máscara e restrição social. Principalmente essa última levou a inúmeras mudanças no estilo de vida, que, por sua vez, aumentaram os comportamentos de risco à saúde (MALTA *et al.*, 2020).

Esse impacto da pandemia na vida diária teve efeitos profundos na saúde mental e física (HOLMES *et al.*, 2020), principalmente em relação aos transtornos alimentares, que tendem a ser exacerbados por meio de várias vias, particularmente entre grupos vulneráveis, incluindo aqueles com imagem corporal e preocupações alimentares (RODGERS *et al.*, 2020)

3 METODOLOGIA

Estudo observacional transversal realizado com graduandos da área da saúde devidamente matriculados nos cursos de graduação do Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG) com idade igual ou superior a 18 anos. Foram utilizados dois questionários autoaplicáveis, disponibilizados de forma online, através da ferramenta Google Formulários®: socioeconômico e acadêmico e o Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26), que visa avaliar o comportamento de risco para transtornos alimentares (CRTA). O primeiro questionário investigou as seguintes variáveis: sexo, idade, estado civil, curso de graduação, com quem mora, renda familiar mensal, turno(s) que estuda, turno(s) que trabalha e número de disciplinas cursadas. Já o instrumento EAT-26 é composto por 26 questões e as respostas seguem uma escala de Likert com respostas de 1 a 5. O resultado do teste é a somatória dos valores atribuídos às questões, no qual foi estabelecido um ponto de corte de 21 pontos como sendo indicador positivo da possibilidade de existir um transtorno alimentar. Se assim for, o entrevistado deverá ser submetido à entrevista clínica (FLECK, 2000).

A coleta de dados ocorreu durante a pandemia, nos meses de outubro, novembro e dezembro de 2020. O projeto de pesquisa foi aprovado por um Comitê de Ética em Pesquisa, de acordo com a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, sob nº do parecer: 4.026.278. Todos os graduandos participantes do estudo leram e deram aceite no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o qual autorizou a participação e publicação dos resultados em anonimato. A estruturação do banco de dados e análise estatística foram realizados por meio do programa *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*, versão 25.0. Para todas as análises foi considerado um nível de significância estatística de 5% ($p \leq 0,05$).

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

No presente estudo foram avaliados um total de 353 graduandos da área da saúde de um Centro Universitário de Caxias do Sul/RS. Observou-se que a amostra é constituída em sua maioria por estudantes do sexo feminino (90%), graduandas do curso de nutrição (25,8%), seguidos por enfermagem (17,3%) e biomedicina (16,4%). Esse fato pode ser associado a uma maior prevalência de mulheres em determinados cursos da área da saúde como nutrição, enfermagem e biomedicina, sendo relatado em estudos semelhantes, demonstrando que as mulheres tendem a uma maior preocupação com a saúde e o cuidado (MOURA *et al.*, 2016; RAMOS *et al.*, 2020). A maioria dos estudantes é solteira (79,3%), sem filhos (82%) e com vínculo empregatício (70%), estes resultados se alinham com dados obtidos em estudo realizado sobre o impacto da qualidade de vida em estudantes de enfermagem pós-pandemia (RAMOS, 2020). Na Tabela 1 pode-se observar que 65,2% dos participantes tinham entre 18 a 25 anos e 79,3% estavam solteiros. No que diz respeito à residência, 93,8% dos graduandos responderam não morar sozinho. Destes, 59,5% moravam com os pais, 90,4% não moravam com companheiro, 89,2% não moravam com filhos e 95,8% não moravam com irmãos. Um alto percentual da amostra relatou estudar e trabalhar (70%). Em relação à renda, a maior parte dos participantes (63,7%) respondeu ganhar de 1 a 5 salários-mínimos. O que pode evidenciar um comprometimento na qualidade de vida uma vez que o tempo de repouso e atividades de lazer se torna mais limitado, resultado similar encontrado em estudos com o mesmo perfil de participantes (CATUNDA e RUIZ, 2008). Quanto ao número de disciplinas, prevaleceram os graduandos que faziam 4 disciplinas ou mais (56,7%).

Em relação ao desfecho CRTA (Comportamentos de Risco para Transtornos Alimentares) observou-se associação significativa com as variáveis: sexo, idade, reside com o(s) irmão(s) e número de disciplinas. Desse modo, verificou-se elevada prevalência de CRTA nos participantes que referiram ser do sexo feminino (27,3%) em comparação ao sexo masculino (8,8%) ($p=0,032$). Notou-se uma associação linear em relação à idade: quanto menor a idade, maior a prevalência para CRTA ($p=0,021$). Um estudo similar investigou 2489 universitárias do sexo feminino de cursos da área da saúde nas 5 regiões do Brasil e constatou dados similares, nos quais 26,1% das entrevistadas apresentaram CRTA. Nesse mesmo estudo foi constatado que para cada ano de aumento da idade, diminuía em 3% a chance de apresentar CRTA (ALVARENGA, 2016). De igual associação, um estudo realizado com 175 universitárias do curso de nutrição encontrou 21,7% de prevalência para CRTA. Todas as graduandas tinham idade inferior a 25 anos (SILVA, 2012). Comparando a estudos de âmbito internacional, uma pesquisa espanhola conduzida com 2551 graduandos com idade entre

18 e 26 anos apontou prevalência para CRTA de 20,8% para o sexo feminino (SEPULVEDA, 2008). Logo, acredita-se que mulheres jovens são mais propensas a apresentarem CRTA, mas essa condição tende a se dissolver com o passar dos anos, ou seja, quanto maior a idade, menor a prevalência dessa condição. Nessa amostra, pode-se ressaltar os graduandos que referiram cursar 4 disciplinas ou mais apresentaram maior prevalência de CRTA (30,5%) quando comparados com os que cursavam menos de 4 disciplinas (19,0%) ($p=0,019$) (Tabela 1). Ainda, observa-se uma associação entre CRTA e graduandos que referiram residir com irmãos (53,3%, $p=0,028$). Existem poucos estudos descrevendo relações fraternas sobre a influência entre irmãos nos comportamentos alimentares. Um estudo que investigava as relações familiares em mulheres com transtornos alimentares relatou que as relações entre irmãos podem ser tanto de apoio e união quanto conflituosas e distantes a depender da compreensão acerca do transtorno alimentar e também do tipo do relacionamento que existia antes da ocorrência do transtorno, bem como a própria dinâmica familiar. Acredita-se que o enfraquecimento de vínculos entre os membros da família dificulte o fortalecimento e a recuperação após a ocorrência de eventos estressantes (LEONIDAS, 2015).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Comportamentos de risco para transtornos alimentares tendem a ser afetados pela pandemia de várias maneiras. Neste estudo observou-se uma grande prevalência de CRTA em mulheres com idade entre 18 e 25 anos. O isolamento social causado pela pandemia, em conjunto com a rotina extenuante dos graduandos, bem como o medo de contágio e a exposição prolongada as mídias sociais podem também ter influenciado nos resultados. Desta forma, salienta-se a necessidade de instruir os graduandos a adotarem hábitos de vida saudáveis, reforçando o cuidado com a saúde e, dessa forma, contribuir para uma melhor qualidade de vida. Sugere-se, portanto, que mais estudos possam ser conduzidos, a fim de se confirmar estas associações ao comportamento de risco para transtornos alimentares.

Tabela 1 – Descrição das variáveis demográficas e socioeconômicas em relação ao CRTA em graduandos da área da saúde de um Centro Universitário de Caxias do Sul/RS. 2020. (n=353).

Variáveis	Total n (n%)	CRTA n (n%)	p-valor*
Gênero			0,032
Feminino	319 (90,4)	87 (27,3)	
Masculino	34 (9,6)	3 (8,8)	
Idade em anos			0,021
18 a 25 anos	230 (65,2)	65 (28,3)	
26 a 35 anos	75 (21,2)	19 (25,3)	
36 a 45 anos	31 (8,8)	5 (16,1)	
46 a 60 anos	17 (4,8)	1 (5,9)	
Estado civil			0,600
Solteiro	280 (79,3)	69 (24,6)	
Casado	67 (19,0)	20 (29,9)	
Divorciado	6 (1,7)	1 (16,7)	
Reside com os pais			1,000
Não	143 (40,5)	36 (25,2)	
Sim	210 (59,5)	54 (25,7)	
Reside com o companheiro			0,190
Não	319 (90,4)	85 (26,6)	
Sim	34 (9,6)	5 (14,7)	
Reside com os filhos			0,209
Não	315 (89,2)	84 (26,7)	
Sim	38 (10,8)	6 (15,8)	
Reside com os irmãos			0,028
Não	338 (95,8)	82 (24,3)	
Sim	15 (4,2)	8 (53,3)	
Reside sozinho			0,339
Não	331 (93,8)	82 (24,8)	
Sim	22 (6,2)	8 (36,4)	
Renda			0,746
De 1 a 5 SM	225 (63,7)	61 (27,1)	
De 5 a 10 SM	83 (23,5)	19 (22,9)	
De 10 a 15 SM	22 (6,2)	4 (18,2)	
> 15 SM	23 (6,5)	6 (26,1)	
Número de disciplinas			0,019
< 4	153 (43,3)	29 (19,0)	
≥ 4	200 (56,7)	61 (30,5)	

Legenda: RS, Rio Grande do Sul. Med – Mediana. P25 – Percentil 25. P75 – Percentil 75. SM, Salário mínimo. n, Frequência absoluta. n%, Frequência relativa. Variáveis categóricas foram descritas por frequência absoluta e relativa. Variáveis numéricas contínuas foram descritas por mediana e intervalo interquartil (percentis em 25 e 75). *Teste Mann-Whitney ou Teste de Kruskal-Wallis e post-hoc de Bonferroni para identificar as diferenças na pontuação do instrumento de avaliação com as variáveis de exposição. Valores em negrito são estatisticamente significativos ($p \leq 0,05$).

6 REFERÊNCIAS

ALVARENGA MS, SCAGLIUSI FE, PHILIPPI ST. Comparison of eating attitudes among university students from the five Brazilian regions. **Ciênc Saúde Colet**. 2012[cited 2016 Nov 23];17(2):435-44.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Tradução: NASCIMENTO, MI. et al. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BIGHETTI F, SANTOS CB, SANTOS JE, RIBEIRO RPP. Tradução e validação do Eating Attitudes Test em adolescentes do sexo feminino de Ribeirão Preto-SP. **J Bras Psiquiatr** 2004; 53(6):339-346.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CATUNDA, M. A. P.; RUIZ, V. M. Qualidade de vida de universitários. V. 2, n.1, 2008; **Faculdades Associadas de Ensino – FAE, São João Da Boa Vista / SP**.

CHAARI, Ali et al. Importance of dietary changes during the Coronavirus pandemic: how to upgrade your immune response. **Frontiers in Public Health**, v. 8, p. 476, 2020.

CONTI MA, COSTA LS, PERES SV, TORAL, N. A insatisfação corporal de jovens: um estudo exploratório. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 19 2: 509-528, 2009.

COSTA, DG; CARLETO, CT; SANTOS; VS; HAAS, VJ; GONÇALVES, RMDA; PEDROSA, LAK. Qualidade de vida e atitudes alimentares de graduandos da área da saúde. **Rev Bras Enferm**. 2018; 71(suppl 4):1739-46.

HOLMES, Emily A. et al. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. **The Lancet Psychiatry**, 2020.

LEONIDAS C, SANTOS MA. Relações familiares nos transtornos alimentares: o Genograma como instrumento de investigação. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(5):1435-1447, 2015.

MALTA DC; SZWARCOWALD CL; BARROS MBA; GOMES CS; MACHADO IE *et al.* A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. **Epidemiol Serv Saúde**. 2020 [citado 2020 ago 13]:[25 p.].

MOURA IH; NOBRE RS; Cortez RMA; CAMPELO V; MACEDO SF; SILVA ARV. Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. **Rev Gaúcha Enferm**. 2016 jun;37(2):e55291. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2016.02.55291>

RAMOS TH, PEDROLO E, SANTANA LL, *et al.* Novo Coronavírus: O impacto da pandemia na qualidade de vida de estudantes de enfermagem. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**. 2020;10:e4042. Acesso em 25 mar.2021. DOI: <http://doi.org/10.19175/recom.v10i0.4042>

RODGERS, Rachel F. et al. The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorder risk and symptoms. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 7, p. 1166-1170, 2020.

SEPULVEDA AR, CARROBLES JA, GADARILLAS AM. Gender, school and academic year differences among Spanish university students at high-risk for developing an eating disorder: an epidemiologic study. **BMC Public Health** 2008, 8:102 2008.

SILVA, JD; SILVA, ABJ; OLIVEIRA, AVK; NEMER, ASA. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, 17(12):3399-3406, 2012.

World Health Organization - WHO. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. Geneva: **World Health Organization**; 2020 [cited 2020 May 4].