

Padrão Alimentar Anormal em Estudantes Universitárias das Áreas de Nutrição, Enfermagem e Ciências Biológicas

Marcelo dos Santos¹; Loredane Meneguci², Andreína Alzira Fontes de Mendonça²

Resumo: Este trabalho buscou identificar em mulheres universitárias - cursando o primeiro ano dos cursos de nutrição, enfermagem e ciências biológicas - aquelas que apresentavam fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares. Foi aplicado o Eating Attitudes Test (EAT 26), em 142 mulheres (42 estudantes de Nutrição, 61 estudantes de Enfermagem e 39 estudantes de Ciências Biológicas), alunas da Universidade do Estado de Minas Gerais – Campus de Passos. Quando se analisou a frequência de questionários EAT+, independentemente do curso, obteve-se que 13,4% das estudantes apresentaram fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbio alimentar. Quando se considerou o grupo das alunas da Nutrição isoladamente, este percentual subiu para 23,8%. As alunas de Enfermagem e Ciências Biológicas apresentaram, respectivamente, um percentual de 9,8% e 7,7%. Estas diferenças não são estatisticamente significativas. Embora tenham sugerido uma maior probabilidade das alunas de Nutrição desenvolverem distúrbios alimentares. Quando formadas, as nutricionistas estarão diretamente trabalhando com alimentação, e conseqüentemente com a saúde da população; então é necessário que as questões relacionadas com padrão alimentar, saúde e estética tenham um tratamento especial durante a formação das mesmas para que não se tenha a fixação de práticas que levem à iniciação e/ou manutenção de distúrbios alimentares na população.

Palavras-chave: Distúrbios alimentares, grupos de risco, comportamento.

INTRODUÇÃO

A prevalência de transtornos alimentares, principalmente entre a população estudantil, tem levado inúmeros pesquisadores a intensificar seus estudos nesse campo de investigação em busca de um conhecimento mais aprofundado sobre as causas, a evolução, o tratamento, as possibilidades de recuperação desses quadros, bem como as conseqüências para a vida social e educacional das pessoas acometidas dos mesmos (NUNES et al., 1994; BARROS e NAHRA, 1999; FIATES e SALLES, 2001).

Anorexia nervosa e bulimia são distúrbios que apresentam o mesmo quadro psicopatológico de base, assinalado pelo medo mórbido de engordar e suas conseqüências, pela preocupação obsessiva com os alimentos e pelo desejo persistente de emagrecer (NUNES et al., 1999). O quadro costuma ter como fator desencadeante algum evento significativo como perdas, separações, mudanças, doenças orgânicas, distúrbios da imagem corporal, depressão, ansiedade e, até mesmos traumas da infância, como abuso sexual. No entanto, a forma como estes fatores vão atuar como causa do distúrbio ainda não está esclarecida (PAXTON, 1998).

Dos indivíduos atingidos, 90% são do sexo feminino. As taxas de prevalência entre mulheres adolescentes e adultas jovens ocidentais são de 1% para anorexia e 2 a 4% para bulimia. Em diversos estudos (NUNES et al., 1994; BARROS e NAHRA, 1999; FIATES e SALLES, 2001; BACALTCHUCK e HAY, 1999; NUNES et al., 2001) realizados entre a população estudantil, a positividade do EAT-26 encontrada foi de 4,5 a 27%. En-

tretanto, é preciso enfatizar que este percentual indica apenas a parcela de estudantes que apresentam padrão alimentar anormal e apenas uma fração desta desenvolverá transtornos alimentares.

O objetivo do trabalho foi avaliar a presença de fatores de risco para a ocorrência de distúrbios alimentares em mulheres universitárias da área de Ciências Biológicas e da Saúde.

MÉTODOS

O método utilizado para avaliar a presença de fatores de risco para distúrbios alimentares é o questionário Eating Attitudes Test (EAT-26), instrumento que contém 26 perguntas sobre comportamento alimentar e imagem corporal (GARNER e GARFINKEL, 1979).

Aplicou-se o questionário EAT nas alunas da Universidade do Estado de Minas Gerais - Campus de Passos, matriculadas no primeiro ano dos cursos de Nutrição, Enfermagem e Ciências Biológicas. A aplicação dos questionários foi realizada durante o mês de setembro de 2002. As alunas foram orientadas sobre o caráter confidencial das respostas e a necessidade de todos os itens serem respondidos conforme estivessem mais de acordo com a maneira de cada um ser e sentir. Enfatizou-se que não havia respostas certas ou erradas.

O questionário EAT foi considerado indicador de risco para o desenvolvimento de um distúrbio alimentar, quando o escore formado pelo somatório de respostas positivas foi igual ou superior a 21 (GARNER e GARFINKEL, 1979).

¹Docente da Fundação de Ensino Superior de Passos (FESP/UEMG)
E-mail: msantos@passosuemg.br

²Discente da Faculdade de Nutrição (FESP/UEMG)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de estudantes (n = 142), 13,4% foram classificadas como EAT+. Fiates e Salles (2001), trabalhando com estudantes universitárias de Santa Catarina, descrevem um percentual de 22,17%. Barros e Nahra (1999), trabalhando com estudantes secundaristas de Porto Alegre, encontraram um percentual de 14,4%; Pastore et al. (1996) e Castro e Goldstein (1995) encontraram, respectivamente, 20% e 15% de formulários EAT+.

Quando se considera o grupo formado pelas estudantes de Nutrição isoladamente, o percentual de estudantes EAT+ (23,8%) foi maior do que o grupo formado pelas estudantes de Enfermagem (9,8%) e do que o grupo formado pelas estudantes de Ciências Biológicas (7,7%) (Tabela 1).

Tabela 1: Resultados da aplicação do questionário EAT em estudantes universitárias de Nutrição, Enfermagem e Ciências Biológicas da FESP/UEMG

	Nutrição		Enfermagem		Ciências Biológicas	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)
EAT (-)	32	76.2	55	90.2	36	92.3
EAT (+)	10	23.8	06	9.8	03	7.7
Total	42	100	61	100	39	100

Entretanto, estas diferenças não foram estatisticamente significativas. Embora sugiram, uma maior probabilidade, das alunas de nutrição desenvolverem distúrbios alimentares. Valores semelhantes foram detectados por FIATES & SALLES (2001), que compararam o comportamento alimentar de estudantes de Nutrição com o de estudantes de outros cursos, desvinculados da área da saúde, e chegaram a um percentual de formulários EAT+ de 25,43% e 18,69%, respectivamente.

Além da avaliação do somatório de pontos do questionário EAT, foram também tabuladas as respostas positivas encontradas com maior frequência (Tabela 2).

O hábito de fazer dietas e o de consumir produtos dietéticos são as preocupações mais marcantes das estudantes de Nutrição e Enfermagem, embora, os três

Tabela 3: Resultados da aplicação do questionário EAT em estudantes universitárias do curso de Nutrição no primeiro e último semestre da graduação.

	1º. Semestre		8º. Semestre	
	N	(%)	N	(%)
EAT (-)	32	76.2	25	80.6
EAT (+)	10	23.8	06	19.4
Total	42	100	31	100

grupos demonstrem igualmente a preocupação com a quantidade de gordura no corpo, evitem comidas que engordem e expressem o desejo de serem mais magras.

O hábito de fazer dietas e o de consumir produtos dietéticos são as preocupações mais marcantes das estudantes de Nutrição e Enfermagem, embora, os três grupos demonstrem igualmente a preocupação com a quantidade de gordura no corpo, evitem comidas que engordem e expressem o desejo de serem mais magras.

Para estimar o papel da informação na manutenção dos comportamentos alimentares de risco, foi realizado o teste EAT com a mesma turma de discentes do curso de Nutrição no último semestre da graduação. Nessa ocasião, houve uma diminuição de 26.2% na população estudada, devido a fatores múltiplos, por exemplo, desistência durante o curso ou falta no dia da aplicação do teste. O número de indivíduos EAT(+) nas duas ocasiões, primeiro e último semestre, não foi estatisticamente significativo ($p = 0.7776$) (Tabela 3).

Os resultados observados neste estudo, em Passos-MG, a partir de uma população não-clínica, em relação à ocorrência de padrão alimentar anormal de estudantes universitárias, mostram que há uma maior possibilidade do desenvolvimento de distúrbios alimentares entre as alunas do curso de Nutrição. Esses dados estão de acordo com outros descritos na literatura³, pois estes ao compararem estudantes de Nutrição com estudantes de outras áreas não relacionadas à saúde descreveram que 25% das primeiras e 18,69% das últimas apresentam possibilidade de desenvolver transtornos alimentares.

NUNES (1998) relata que alguns grupos ocupacionais, entre eles as nutricionistas, são mais propensas a desenvolver distúrbios alimentares. Os dados do pre-

Tabela 2: Respostas mais frequentes nos questionários de estudantes EAT+ dos cursos de Nutrição, Enfermagem e Ciências Biológicas

Respostas	Nutrição EAT+ (n = 10)		Enfermagem EAT+ (n = 6)		C. Biológicas EAT+ (n = 3)	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)
Hábito de fazer dieta	9	90,0	5	83,3	1	33,3
Hábito de consumir alimentos dietéticos	8	80,0	3	50,0	1	33,3
Evitam comidas que engordam	8	80,0	4	66,7	2	66,7
Evitam alimentos que contenham açúcar	7	70,0	4	66,7	2	66,7
Desejam ser mais magras	8	80,0	6	100,0	2	66,7
Preocupam-se com a quantidade de gordura no corpo	7	70,0	5	83,3	2	66,7
São preocupadas com comida	7	70,0	5	83,3	2	66,7

sente trabalho foram levantados a partir de estudantes regularmente matriculadas no primeiro semestre de seus respectivos cursos, e pode-se, então, inferir que as estudantes de Nutrição já tinham uma preocupação maior com o peso corporal, e escolheram esta área de estudo justamente por já terem um interesse pessoal pelo tema.

Quando se analisam as respostas afirmativas mais comuns nos questionários, observa-se que o hábito de fazer dietas, o consumo de produtos dietéticos e a preocupação excessiva com a imagem corporal são comuns às estudantes de Nutrição e Enfermagem. Estes comportamentos são característicos de indivíduos suscetíveis a distúrbios alimentares (BARROS e NAHRA, 1999; FIATES e SALLES, 2001; NUNES et al., 1999) e, conjuntamente com o desejo de ser mais magra, estão altamente relacionados com o desenvolvimento de distúrbios alimentares (NUNES et al., 2001; GARNER e GARFINKEL, 1979; GROSS et al., 1986). A progressão das alunas nos seus respectivos cursos e a consequente aquisição de conhecimento nas áreas de nutrição e saúde não garante às futuras profissionais a resolução do paradoxo formado entre padrões estéticos vigentes e comportamentos benéficos à saúde. Ao contrário, podem levar as mesmas a aumentarem o nível de exigências pessoais, uma vez que possuem o conhecimento a respeito dos alimentos, e seguir os padrões estéticos passaria a ser uma obrigação e uma medida da sua competência profissional.

A repetição do teste EAT com as estudantes do último semestre do curso de Nutrição mostrou que o acúmulo de informação não garante a mudança nos comportamentos alimentares de risco. Segundo Toral et al., (2006) uma das maiores barreiras para a prática de mudanças na dieta é a crença de que não há necessidade de alteração dos hábitos alimentares, decorrente, na maioria das vezes, de uma interpretação errada do próprio consumo. Em diversos países foi observada alta prevalência de indivíduos que acreditam não ser necessário alterar sua dieta, por já possuírem uma alimentação saudável.

Quando formadas, as nutricionistas estarão diretamente trabalhando com alimentação, e conseqüentemente com a saúde da população; então é necessário que as questões relacionadas com padrão alimentar, saúde e estética tenham um tratamento especial durante a formação das mesmas para que não se tenha a fixação de práticas que levem à iniciação e/ou manutenção de distúrbios alimentares na população.

Abnormal Feeding Pattern with Undergraduate Students of Nursing, Nutritional and Biological Sciences

This study aimed at searching for female undergraduate students – attending the Nursing, Nutritional and Biological Sciences – who presented risk factors for the development of eating disorders. The Eating Attitudes Test (EAT-26) was applied to 142 women (42 Nutritional Sciences, 61 Nursing and 39 Biological Sciences students), students at Fundação de Ensino Superior de Passos (FESP|UEMG). When the frequency questionnaire EAT+ was

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BACALTCHUCK, J. HAY, P. Tratamento da bulimia nervosa: síntese das evidências. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo, 1999; 21(3), p. 184-187.
- BARROS, C.A.S.M.; NAHRA, C.L. O padrão alimentar anormal em estudantes de Porto Alegre: levantamento epidemiológico medido pelo EAT-26. **Rev. Aletheia**, Logos Psicologia, Canoas; 1999, 9, p. 27-38
- CASTRO, M.J.; GOLDSTEIN, J.S. Eating attitudes and behaviors of pre-and post pubertal females: clues to the etiology of eating disorders. **Physiology and Behavior**, Elmsford; 1995, 58(1), p. 15-23.
- FIATES, G.M.R.; SALLES, R.K. Fatores de risco para o desenvolvimento de distúrbios alimentares: um estudo em universitárias. **Rev. Nutr., Campinas**; 2001, 14 (suplemento), p. 3-6.
- GARNER, D.N.; GARFINKEL, P.E. The eating attitudes test: an index of the symptoms of anorexia nervosa. **Psychological Medicine**, 1979, 2(9), p. 273-279.
- GROSS, J.; ROSEN, J.C.; LEITENBERG, H.; WILLMUTH, M.E. Validity of the eating attitudes test and the eating disorders inventory in bulimia nervosa. **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, 1986, 54(6), p. 875-876.
- NUNES et al. Distúrbios da conduta alimentar: considerações sobre o teste de atitudes alimentares (EAT). **Rev. ABP-APAL**, 1994, 16(1), p. 7-10.
- NUNES, M.A. **Transtornos alimentares e obesidade**. Porto Alegre; Artes Médicas, 1998.
- NUNES, M.A., OLINTO, M.T.A.; BARROS, F.C.; CAMÉY, S. Influência da percepção do peso e do índice de massa corporal nos comportamentos alimentares anormais. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo; 2001, 23(1), p. 21-27.
- PASTORE, D.R.; FISHER, M. FRIEDMAN, S.B. Abnormalities in weight status, eating attitudes and eating behaviors among urban high school students. **Journal of Adolescent Health**, New York; 1996, 18(5), p. 312-319.
- PAXTON, S.J. Current issues in eating disorders research. **Journal of Psychosomatic Research**, Oxford; 1998, 44(34), p. 297-299.
- TORAL, N. et al. Adolescent eating behavior regarding fruit and vegetable intakes. **Rev. Nutr., Campinas**, v. 19, n. 3, 2006.

analysed, regardless the courses, the result was 13,4% of the students presented risk factors for the development of eating disorders. This percentage increased to 23,8% when the group of Nutritional Sciences students was studied separately. Nursing and Biological Sciences student group presented, respectively, a 9.8% and 7.7% percentage. These differences aren't statistically significant, although a greater probability of Nutritional Sciences students to develop eating disorders has been suggested. When graduated, the dietitians will be working directly with feeding and consequently with public health, so it's necessary that problems regarding feeding, health and aesthetic patterns have a special treatment during their training so that there will not be training leading the population to a beginning and/or for maintenance of eating disorders.

Keywords: Nutrition, anorexia, undergraduate students, risk groups