



B1

ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](https://portaldeperiodicos.capes.gov.br)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>

ISSN: 2595-1661

Revista JRG de
Estudos Acadêmicos

Restrição alimentar e sua associação com compulsão alimentar em estudantes de nutrição

Food restriction and its association with binge eating in nutrition students

DOI: 10.55892/jrg.v9i20.3052

ARK: 57118/JRG.v9i20.3052

Recebido: 10/03/2026 | Aceito: 15/03/2026 | Publicado on-line: 16/03/2026

Maria Laisa Soares de Oliveira¹

<https://orcid.org/0009-0001-7789-1898>

<https://lattes.cnpq.br/6886397743461187>

Universidade Federal de Alagoas, AL, Brasil

E-mail: lala.soaresoliveira@gmail.com

Maria Vanessa de Oliveira Farias²

<https://orcid.org/0009-0004-4693-1799>

<https://lattes.cnpq.br/7519641889720386>

Universidade Federal de Alagoas, AL, Brasil

E-mail: maria.farias@fanut.ufal.br

Joana Virgínia Vila Verde Amorim de Vasconcelos³

<https://orcid.org/0000-0001-6096-9137>

<https://lattes.cnpq.br/8318535289671839>

Universidade Federal de Alagoas, AL, Brasil

E-mail: joana.vasconcelos@fanut.ufal.br

Maria José Laurentina do Nascimento Carvalho⁴

<https://orcid.org/0000-0002-6705-165X>

<https://lattes.cnpq.br/3659641442950655>

Universidade Federal de Pernambuco, PE, Brasil

E-mail: marialaurenc@hotmail.com

Maria Izabel Siqueira de Andrade⁵

<https://orcid.org/0000-0003-1087-1320>

<http://lattes.cnpq.br/4699641000744646>

Universidade Federal de Alagoas, AL, Brasil

E-mail: maria.andrade@fanut.ufal.br



Resumo

Introdução: Evidências sugerem que dietas restritivas podem desencadear comportamentos associados ao comer transtornado, resultando em quadros de compulsão. **Objetivo:** Avaliar a associação da restrição alimentar com a compulsão alimentar, identificando ainda possíveis associações das práticas compulsivas com demais variáveis de interesse em estudantes do curso de Nutrição de Maceió-Alagoas. **Métodos:** Estudo de delineamento transversal, realizado entre julho e agosto de 2022 a partir de questionários on-line autoaplicáveis. Foram coletados dados demográficos,

¹ Graduada em Nutrição pela Universidade Federal de Alagoas.

² Graduada em Nutrição pela Universidade Federal de Alagoas; Residente em Terapia Intensiva no Hospital Geral do Estado Professor Osvaldo Brandão Vilela (HGE/AL).

³ Graduada em Nutrição pela Universidade Federal de Alagoas; Residente em Nutrição Clínica no Hospital Universitário Oswaldo Cruz (HUOC/PE).

⁴ Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco.

⁵ Professora Adjunta da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Alagoas. Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de Pernambuco.



socioeconômicos, estilo de vida (consumo de álcool, de tabaco e prática de atividades físicas), antropométricos e de percepção do peso corporal. A variável desfecho foi compulsão alimentar e a variável explicativa foi a restrição alimentar, obtidas por meio do Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q), validado para a população brasileira. As análises estatísticas foram realizadas no programa SPSS, aplicando-se testes de associação (qui-quadrado de Pearson) e de concordância (kappa). Adotou-se o $p < 0,05$ para verificação de significâncias estatísticas. Resultados: A amostra foi composta por 133 estudantes, sendo observada associação entre restrição e compulsão alimentar ($p = 0,021$). Estudantes de períodos mais tardios ($\geq 6^{\text{o}}$ período) e com percepção do peso corporal classificada como ideal apresentaram menos práticas compulsivas ($p < 0,05$). Conclusão: Comportamentos restritivos associaram-se à compulsão alimentar entre estudantes de Nutrição.

Palavras-chave: Insatisfação corporal. Comportamento alimentar. Transtorno da alimentação e da ingestão de alimentos. Estudantes.

Abstract

Background: Evidence suggests that restrictive dieting may trigger behaviors associated with disordered eating, potentially leading to binge eating episodes. Objective: To assess the association between food restriction and binge eating, as well as to identify possible associations between binge eating behaviors and other variables of interest among Nutrition undergraduate students in Maceió, Alagoas, Brazil. Methods: A cross-sectional study was conducted between July and August 2022 using self-administered online questionnaires. Data were collected on demographic and socioeconomic characteristics, lifestyle factors (alcohol and tobacco consumption and physical activity), anthropometric indicators, and body weight perception. The outcome variable was binge eating and the explanatory variable was food restriction, both assessed using the Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q), validated for the Brazilian population. Statistical analyses were performed using SPSS software. Association tests (Pearson's chi-square) and kappa coefficient were applied. Statistical significance was set at $p < 0.05$. Results: The sample comprised 133 students. A significant association was observed between food restriction and binge eating ($p = 0.021$). Students in later stages of the program ($\geq 6^{\text{th}}$ semester) and those with a body weight perception classified as ideal exhibited fewer binge eating behaviors ($p < 0.05$). Conclusion: Restrictive eating behaviors were significantly associated with binge eating among Nutrition students.

Keywords: Body dissatisfaction. Eating behavior. Feeding and eating disorders. Students.

1. Introdução

Os transtornos alimentares (TAs) são descritos como alterações significativas nos padrões alimentares de um indivíduo, onde o comportamento relacionado ao ato de comer destoa do habitual. Esta condição apresenta etiologia multifatorial e pode acometer pessoas de diferentes sexos e faixas etárias (1).

Estudantes universitários demonstram maior susceptibilidade ao desenvolvimento de tais distúrbios, uma vez que adaptações comportamentais consequentes da inserção no meio acadêmico, como a mudança da rotina acadêmica, a exposição à diferentes campos de estudo e padrões estéticos (2), podem repercutir em maior exposição ao estresse e insatisfação com a imagem corporal, eventos estes considerados fatores de risco para o desenvolvimento das TAs (3-5).



Um estudo observacional transversal, com 165 estudantes de nutrição de uma universidade pública, evidenciou uma frequência importante (32,7%) de alunas com risco para TAs. Este estudo utilizou os questionários Eating Attitudes Test (EAT-26), Body Shape Questionnaire (BSQ) e Silhouette Matching Task (SMT). Além disso, 38,8% das avaliadas foram identificadas com alteração de percepção da imagem e 69,7% possuíam insatisfação corporal (6).

Práticas indiscriminadas de dietas, incluindo aquelas com alto grau restritivo, podem predispor o surgimento da compulsão alimentar (7,8). Uma revisão narrativa de 37 trabalhos sobre a associação entre dietas restritivas e o Transtorno de Compulsão Alimentar, realizada por Soihet e Silva (9), enfatiza importantes repercussões psicológicas, metabólicas e de compulsão advindas das dietas restritivas e da constante obsessão pela magreza.

Com base nas evidências e considerando que acadêmicos de nutrição são frequentemente expostos a assuntos relacionados à alimentação, saúde e ingestão de nutrientes (10), o objetivo deste trabalho foi avaliar a associação da restrição alimentar com a compulsão alimentar, identificando ainda possíveis associações das práticas compulsivas com demais variáveis de interesse em estudantes do curso de Nutrição de Maceió-Alagoas.

2. Metodologia

Estudo de delineamento transversal, realizado entre os meses de julho e agosto de 2022, por meio de questionários autoaplicáveis, a partir da plataforma Google Forms. Possíveis participantes foram contatados via redes sociais criadas especialmente para a pesquisa. O link dos questionários foi disponibilizado em postagens publicadas nas redes sociais. Semanalmente eram realizadas ações de sensibilização e divulgação de conteúdos científicos, visando o maior recrutamento de estudantes para o estudo.

A amostra foi do tipo não probabilística, composta por acadêmicos do curso de Nutrição de universidades públicas e privadas de Maceió-AL. Foram considerados como critérios de inclusão, estudantes de ambos os sexos, com idade ≥ 18 anos e devidamente matriculados do primeiro ao último período dos cursos de Nutrição. Foram excluídos da pesquisa gestantes, lactantes e os estudantes que não tinham acesso às redes sociais para o preenchimento do questionário digital.

Este estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFAL (CEP/UFAL), sob Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) 59122822.8.0000.5013. Os participantes foram informados sobre os objetivos da pesquisa e as suas normas de participação, em especial sobre como os dados seriam utilizados para análises e divulgação científica sendo as informações coletadas somente após a autorização do participante através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram obtidas informações referentes ao sexo, idade e escolaridade materna (categorizada em ≤ 8 anos e > 8 anos de estudo, a fim de agrupar escolaridades equivalentes ao ensino fundamental incompleto ou completo, respectivamente). Além disso, os estudantes responderam sobre o consumo de tabaco (sim ou não), consumo de bebida alcoólica (sim ou não) e atividade física (Tabela 1). Neste estudo, foram considerados como fisicamente ativos aqueles estudantes que praticaram pelo menos 150 minutos de atividades físicas moderadas ou pelo menos 75 minutos de atividades físicas vigorosas; e fisicamente inativos aqueles que não preencheram os critérios supracitados (11).



As medidas de peso atual e altura foram autorreferidas pelos estudantes e utilizadas para o cálculo do índice de massa corporal (IMC), categorizado segundo as recomendações da *World Health Organization* – WHO (12).

Como critério para a investigação da percepção do peso corporal, foi utilizada pergunta baseada no estudo de Carvalho et al.⁸, conduzido com dados do Erica (Estudo de Risco Cardiovasculares em Adolescentes) (13): “Na sua opinião o seu peso atual é?”, contendo as seguintes opções de resposta: abaixo do ideal; ideal; acima do ideal ou muito acima do ideal. Para fins de análise, as opções foram agrupadas de forma dicotômica em: ideal e não ideal (esta última englobando as opções abaixo do ideal; acima do ideal e muito acima do ideal).

Na verificação das práticas de restrição e compulsão alimentar foram utilizadas duas perguntas elaboradas por Hay (14) no *Eating Disorder Examination Questionnaire* (EDE-Q), que foram validadas para a população brasileira por Ferreira e Veiga (15). A ferramenta identifica a frequência (em dias) que o indivíduo apresentou o comportamento alimentar em investigação. Dessa forma, as respostas possuem quatro alternativas fechadas para o número de dias na semana (nenhuma vez; menos que uma vez por semana; uma vez por semana; duas ou mais vezes por semana) que contribuem com um escore de pontuação que varia de 0 a 3.

Na avaliação da restrição alimentar, os alunos responderam a seguinte pergunta: “Nos últimos 3 meses, você ficou sem comer ou comeu muito pouca comida para perder peso ou para não engordar?”. Para a compulsão, foi utilizado como critério o seguinte questionamento: “Quando falo comer excessivamente ou compulsão alimentar, estou querendo dizer: comer uma grande quantidade de comida de uma só vez e ao mesmo tempo sentir que o ato de comer ficou fora do seu controle naquele momento (isto quer dizer que você não poderia se controlar em relação ao ato de comer demais, ou não poderia parar de comer uma vez que tivesse começado) - Nos últimos 3 meses, quantas vezes você comeu da forma como está descrito acima?” (15).

Visando maior robustez nas análises de associação, as respostas para a compulsão e a restrição alimentar foram agrupadas em <1x/semana, considerando as opções “nenhuma vez” ou “menos que uma vez por semana”; ou ≥1x/semana, na ocasião das opções “uma vez por semana” ou “duas ou mais vezes por semana”.

A base do banco de dados estatístico foi realizada no Excel® e analisada a partir do software SPSS® versão 13.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA). Para descrição das variáveis foram obtidas frequências absolutas e relativas, bem como medidas de tendência central, de acordo com o desenho do estudo e comportamento dos dados. Foi aplicado o índice Kappa (κ) para verificação de concordância e nas associações utilizou-se o qui-quadrado de Pearson, sendo adotado o valor de $p < 0,05$ para constatação de significância estatística.

Tabela 1. Categorização das variáveis analisadas no estudo.

Variáveis	Classificação/Categoria
Sexo	Feminino; Masculino
Idade	18 a 24 anos; 25 a 29 anos; ≥ 30 anos
Escolaridade Materna	≤ 8 anos de estudo; > 8 anos de estudo
Nível de Atividade Física	Ativo (≥150 min/semana de atividade moderada ou ≥75 min/semana de vigorosa); Inativo (não atende aos critérios)
Consumo de bebidas alcóolicas	Sim; Não



Consumo de Tabaco	Sim; Não
Período Acadêmico	1º ao 5º; 6º ao 10º
Índice de Massa Corporal	Baixo peso; Eutrofia; Sobrepeso; Obesidade
Percepção do peso corporal	Abaixo do ideal; Ideal; Acima do ideal; Muito acima do ideal
Práticas de restrição alimentar	Nenhuma, <1x/semana, 1x/semana, ≥2x/semana
Episódios de compulsão alimentar	Nenhuma, <1x/semana, 1x/semana, ≥2x/semana

3. Resultados

A amostra final foi composta por 133 estudantes universitários do curso de nutrição. Os alunos de universidade pública corresponderam a 59,4% (n=79) dos participantes e 58,6% (n=78) foram alunos matriculados entre o 6º e 10º períodos.

A população deste estudo apresentou uma mediana de 23 (Intervalo Interquartil 21-25) anos, sendo constituído, em sua magnitude, por indivíduos na faixa etária de 18 a 24 anos de idade (70,7%; n=94) e do sexo feminino (85,7%; n=114). Quanto à escolaridade materna, 57,1% (n=76) afirmaram possuir mães com ensino fundamental incompleto (≤8 anos de estudo). Foi identificado maior frequência de estudantes fisicamente ativos (76,1%; n=86), não tabagistas (97,7%; n=130) e que não consumiam bebidas alcólicas (63,9%; n=85) (Tabela 2).

Tabela 2. Características socioeconômicas e do estilo de vida de estudantes do curso de nutrição de instituições públicas e privadas em Maceió-AL, 2022.

Variáveis	Frequência (N=133)	Percentual (%)
Sexo		
Feminino	114	85,7
Masculino	19	14,3
Idade		
18 a 24 anos	94	70,7
25 a 29 anos	31	23,3
≥ 30 anos	33	5,9
Escolaridade Materna		
≤ 8 anos	76	57,1
> 8 anos	57	42,9
NAF*		
Fisicamente Inativo	48	23,9
Fisicamente Ativo	86	76,1
Consumo de bebidas alcólicas		
Sim	48	36,1



Não	85	63,9
-----	----	------

Consumo de tabaco

Sim	3	2,25
Não	130	97,78

NAF*: Nível de atividade física (Fisicamente ativos: estudantes que praticaram pelo menos 150 minutos de atividades físicas moderadas ou pelo menos 75 minutos de atividades físicas vigorosas; Fisicamente inativos: Demais estudantes).

Na avaliação do IMC, a maioria dos estudantes encontrava-se na faixa de eutrofia (60,2%; n=80). Quanto à percepção do peso corporal, 35,3% (n=47) se autoperceberam acima ou muito acima do peso ideal (Tabela 3). Foi evidenciada uma concordância substancial entre o IMC e a percepção do peso corporal ($\kappa=0,686$; $p<0,001$).

Tabela 3. Classificação antropométrica e da percepção do peso corporal de estudantes do curso de nutrição de instituições públicas e privadas em Maceió-AL, 2022.

Variáveis	Frequência (n)	Percentual (%)
IMC* (kg/m²)		
Baixo peso (<18,5kg/m ²)	15	11,3
Eutrofia (18,5 a 24,9 kg/m ²)	80	60,2
Sobrepeso (≥ 25 a 30kg/m ²)	28	21,0
Obesidade (>30,0 kg/m ²)	10	7,5
Percepção do peso corporal		
Abaixo do ideal	21	15,8
Ideal	65	48,9
Acima do ideal	39	29,3
Muito acima do ideal	8	6,0

IMC: Índice de Massa Corporal

Na análise da restrição alimentar, 30,8% (n=41) dos estudantes relataram essa prática em ocasiões <1x/semana ou ≥ 1 x/semana. Sobre a compulsão alimentar, aproximadamente metade dos estudantes avaliados (49,6%; n=66) afirmaram algum episódio de compulsão semanal ou na frequência <1x/semana (Tabela 4).

Tabela 4. Frequência das práticas de restrição alimentar e dos episódios de compulsão alimentar em estudantes do curso de nutrição de instituições públicas e privadas em Maceió-AL, 2022.

Variáveis	Frequência (n)	Percentual (%)
Práticas de restrição alimentar		
Nenhuma	92	69,2



< 1x/semana	20	15
1x/semana	10	7,5
≥ 2x/semana	11	8,3

Episódios de compulsão alimentar

Nenhuma	67	50,4
< 1x/semana	35	26,3
1x/semana	18	13,5
≥ 2x/semana	13	9,8

Houve associação significativa entre a prática restritiva com a compulsão alimentar, sendo verificado que os estudantes que apresentaram menos restrição alimentar foram menos compulsivos ($p=0,021$). Adicionalmente, estudantes de períodos mais tardios e com percepção do peso corporal autorrelatada como ideal apresentaram menos compulsão alimentar ($p<0,05$) (Tabela 5).

Tabela 5. Associação da compulsão alimentar com a restrição alimentar e demais variáveis independentes de estudantes do curso de nutrição de instituições públicas e privadas em Maceió-AL, 2022.

privadas em Maceió AL, 2022.

Variáveis Independentes	Compulsão alimentar		p-valor
	<1 vez/semana	≥ 1 vez/semana	
Período Acadêmico			
1° ao 5°	36 (27%)	19 (14,3%)	0,010*
6° ao 10°	66 (49,6%)	12 (9,1%)	
Percepção do peso corporal			
Ideal	56 (42,1%)	9 (6,7%)	0,012*
Não ideal	46 (34,5%)	22 (16,7%)	
Restrição alimentar			
< 1 vez/semana	90 (67,5%)	22 (16,7%)	0,021*
≥ 1 vez/semana	12 (9,1%)	9 (6,7%)	

Teste qui-quadrado. * $p<0,05$



4. Discussão

O objetivo primordial deste estudo foi avaliar a associação entre práticas restritivas e a compulsão alimentar em estudantes de nutrição, sendo possível observar percentuais expressivos de indivíduos que relataram tais comportamentos.

Evidências demonstram que mulheres apresentam 17% maiores chances de desenvolverem TAs em relação aos homens (14). Estudo realizado por Silva et al. (16), que buscou avaliar o comportamento alimentar de risco para TAs entre universitárias matriculadas no primeiro período dos cursos das áreas de ciências biológicas (nutrição), exatas, agrárias e humanas, identificou que, dentre as 104 estudantes avaliadas, 23,1% das participantes do grupo de nutrição apresentava comportamentos de risco, avaliado pelo Teste de Atitudes Alimentares (EAT-26). Estudo transversal realizado com 879 estudantes de medicina, dos quais 660 eram mulheres (75,1% da amostra) avaliou como o conhecimento nutricional e dietético, qualidade da dieta e o IMC se relacionam com comportamentos alimentares disfuncionais, observando que, entre o público feminino, níveis mais altos de conhecimento nutricional se associaram significativamente com tentativas de restrição calórica (17).

Uma revisão sistemática constituída por 19 estudos que avaliou a prevalência global de TAs em estudantes do curso de nutrição e dietética identificou que cerca de 32% dos universitários apresentavam alto risco para o desenvolvimento de TAs sugerindo que estes alunos apresentam maior risco desse tipo de transtorno (18).

Quanto à escolaridade materna, a maior parte dos participantes afirmaram que suas mães tinham ≤ 8 anos de estudo. O grau de instrução materno exerce influência na qualidade de vida dos indivíduos, especialmente na prevenção de agravos nutricionais, promoção de hábitos alimentares saudáveis e estilo de vida, desenvolvimento cognitivo e interação social, além de se associar com a insatisfação corporal (19,20).

No que se refere ao estilo de vida, a grande maioria refere ser fisicamente ativo. Para Rocks et al. (21), em estudo realizado com estudantes de nutrição e terapia ocupacional, há uma dependência do exercício físico com o surgimento de restrição alimentar e TAs, onde cerca de 23% dos estudantes do curso de nutrição apresentaram grau de risco para desenvolvimento de dependência dos exercícios.

Neste trabalho, grande parte dos universitários encontram-se na classificação de eutrofia (60,2%). Lavinhati, Barone e Grogolon (22), em estudo transversal qualitativo, realizado com 139 estudantes universitárias de cursos da saúde (Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Engenharia de Alimentos, Estética e Cosmética, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição e Psicologia), ao avaliar o estado nutricional, evidenciou que 54,68% dos participantes foram classificados com eutrofia.

Quando avaliados em função da percepção do peso corporal, uma parcela significativa do público de estudantes incluídos neste estudo encontra-se eutrófica e se percebe com peso ideal, no entanto, entre estes destaca-se também o desvio da autopercepção para acima ou muito acima do peso. Outras pesquisas envoltas nesta temática, como o de Sampaio e colaboradores (23), um estudo de delineamento transversal com abordagem quantitativa realizado com 246 estudantes universitários da área da saúde, com maioria dos participantes do curso de nutrição, apontou, a partir da avaliação do IMC, um alto grau de insatisfação com o peso atual, mesmo entre aqueles que se encontravam com massa corporal adequada, conforme o IMC. Silva e colaboradores (24) também encontraram resultados semelhantes em um estudo que contou com 348 estudantes universitários, onde foi constatado que, embora a insatisfação corporal fosse mais prevalente em indivíduos com excesso de peso, esta também foi significativamente observada entre os estudantes com IMC dentro da faixa de normalidade (eutrofia).



A insatisfação corporal diz muito sobre como o sujeito se reconhece e se relaciona com o meio, uma vez que os atributos socioculturais e pessoais refletem a percepção (25). Segundo Santos e Cattelan (26), ao aplicar a escala da silhueta em mulheres, 83% das participantes relataram grande insatisfação com a imagem atual, sendo a insatisfação para o excesso de peso e o excesso de magreza encontrada em 62% e 22% das mulheres, respectivamente.

Em se tratando da restrição alimentar, o número de universitários que relataram essa prática em ocasiões de $<1x/semana$ ou $\geq 1x/semana$ foi de 30,8%. As dietas restritivas são capazes de causar desequilíbrios cognitivos, sociais, emocionais e fisiológicos, levando a uma série de alterações no comportamento alimentar, predispondo o surgimento da compulsão (21). Em estudo de delineamento transversal comparativo com uma amostra de 417 estudantes universitários (154 do curso de nutrição e 263 de outros cursos), realizado por Poínhos et al. (27), a dimensão da restrição alimentar (considerada como o controle rígido ou flexível da dieta em subescala validada pelos autores) demonstrou maiores escores de pontuação em alunos do curso de nutrição do que entre os alunos dos outros cursos avaliados (diferenças entre as médias de pontuações com $p \leq 0,001$ para o sexo feminino e $\leq 0,05$ para o sexo masculino).

No que tange à compulsão alimentar, o presente estudo expressa a frequência importante desta prática entre os universitários, onde praticamente metade dos avaliados (49,6%) relataram episódios compulsivos. De forma divergente, estudo realizado por Guimarães (5), com alunas de nutrição e pedagogia, observou que entre os estudantes de nutrição, o percentual de compulsão foi expressivamente menor que aquele encontrado no presente estudo (9,1% Vs. 49,6%). Tal diferença pode estar relacionada aos métodos de coleta e análise, visto que para a coleta do estudo realizado por Guimarães empregou-se o EAT-26, a Escala de Compulsão Alimentar e a *Figure Rating Scale*, enquanto que o presente estudo utilizou o EDE-Q.

Nossos achados demonstraram ainda que os alunos que apresentaram restrição alimentar relataram episódios de compulsão mais evidentes do que aqueles que não faziam restrição alimentar ($p < 0,05$).

Andrade et al. (28), associa a ocorrência de episódios compulsivos diretamente às práticas restritivas. Estudo idealizado por Oliveira, Figueiredo e Cordás (29), avaliando a prevalência de sintomas de compulsão e práticas compensatórias em estudantes universitários, apontou alta prevalência do uso de dieta *low-carb*, configurando, nos adeptos da estratégia dietética, maiores alterações no comportamento alimentar, bem como maiores chances de desenvolver compulsão. Para Silva et al. (30), as práticas restritivas, as distorções e insatisfações com a imagem corporal contribuem diretamente para as alterações no comportamento alimentar.

Alguns fatores limitantes devem ser levados em consideração na interpretação dos nossos resultados, como o desenho transversal do estudo, que impede relações de causalidade; a escassez de estudos com a população em questão (estudantes de cursos de nutrição); e a avaliação igualitária para os sexos, uma vez que o público feminino se mostrou mais participativo quando comparado ao quantitativo masculino da amostra. Apesar disso, foi possível avaliar uma amostra praticamente similar de acadêmicos de nutrição de Universidades públicas e privadas, demonstrando a importância da identificação de comportamentos de risco para TAs desde períodos iniciais da graduação.

Este estudo apresenta importantes contribuições para a área da Nutrição ao investigar, de forma pioneira no contexto local, a associação entre restrição alimentar e compulsão em estudantes de um curso que é particularmente suscetível a TAs. A utilização de instrumento validado e a abordagem multifatorial, que incluiu dados como



o período acadêmico e a percepção do peso corporal conferem interpretações mais amplas das análises, reforçando a relevância dos achados.

Os resultados obtidos demonstram a necessidade de reformulações curriculares que apoiem e integrem discussões sobre saúde mental, imagem corporal e práticas alimentares equilibradas. Faz-se de suma importância a realização de novos estudos, especialmente pesquisas longitudinais que permitam a verificação da evolução dos comportamentos alimentares ao longo da graduação, bem como a ampliação da amostra e a inclusão de variáveis psicossociais para aprofundar a compreensão dos fatores associados ao comer transtornado no ambiente acadêmico.

5. Conclusão

Na presente pesquisa houve associação estatisticamente significativa entre as práticas restritivas e episódios de compulsão alimentar em estudantes de nutrição. Tal relação foi mais evidente entre os estudantes matriculados nos períodos correspondentes aos primeiros anos do curso de nutrição e naqueles com percepção inadequada do peso corporal.

Referências

1. Samuel LZ, Polli GM. Representações sociais e transtornos alimentares: revisão sistemática. Boletim - Academia Paulista de Psicologia [Internet]. 2020 Jun 1;40(98):91–9. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100010
2. Nogueira-Martins LA, Nogueira-Martins MCF. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. Rev Psicol Divers Saúde. 2018;7(3):334–337. doi:10.17267/2317-3394rpdsv7i3.2086
3. Vasconcelos DS, Leiva FT, Maynard DC. O risco de transtornos alimentares em estudantes da área da saúde. Rev Eletr Multidiscip Investig Científ. 2024;3(18). Disponível em: <https://remici.com.br/index.php/revista/article/view/412>
4. Fortes P, Edleide de Brito, Carla, Maria, Poliana Cardoso Martins, Portela L. Weight stigma and disordered eating behaviors during the COVID-19 pandemic: the mediating role of weight gain concern and psychological distress. Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity. 2023 Sep 27;28(1).
5. Guimarães ICT. Estado nutricional, avaliação de transtornos alimentares e autoimagem corporal em universitárias do Rio de Janeiro. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento [Internet]. 2018 Mar 18;12(70):196–204. Available from: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/677>
6. Reis AS dos, Soares LP. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. RBCS [Internet]. 15º de novembro de 2017 [citado 10º de abril de 2025];21(4):29881. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/281-290>
7. Faria AL, Almeida SG de, Ramos TM. Impactos e consequências das dietas da moda e da suplementação no comportamento alimentar. Research, Society and Development. 2021 Aug 15;10(10):e441101019089.
8. Trindade AP, Appolinario JC, Mattos P, Treasure J, Nazar BP. Eating disorder symptoms in Brazilian university students: a systematic review and meta-analysis. Brazilian Journal of Psychiatry [Internet]. 2019 Apr [cited 2021 Jun 20];41(2):179–87. Available from: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/NdGSRh3kyFfhvZsSFBBrDCDK/?lang=en&format=pdf>



9. Soihet J, Silva AD. Efeitos psicológicos e metabólicos da restrição alimentar no transtorno de compulsão alimentar. *Nutrição Brasil*. 2019 Aug 4;18(1):55.
10. Grison Confortin F, Zancanaro Pieczkowski TM. Percepção dos estudantes do Curso de Nutrição frente a uma experiência curricular chamada “Vivência Interdisciplinar e Multidisciplinar (VIM)”. *Educ Foco*. 2022;25(45):353–76. doi:10.36704/eef.v25i45.5868.
11. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia de Atividade Física para a População Brasileira [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2021. 54 p.: il.
12. WHO. Body mass index (BMI) [Internet]. www.who.int. 2023. Available from: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/body-mass-index>
13. Silva LAD, Araújo Júnior JF, Bezerra J, Leal VS, Lira PIC, Andrade SL. Percepção do peso corporal acima do ideal, perfil antropométrico e estilo de vida em adolescentes de Recife, PE, Brasil. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2021;26(Supl 3):4823-34.
14. Hay P. The epidemiology of eating disorder behaviors: an Australian community-based survey. *The International journal of eating disorders* [Internet]. 1998;23(4). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9561427>
15. Ferreira JE de S, Veiga GV da. Confiabilidade (teste-reteste) de um questionário simplificado para triagem de adolescentes com comportamentos de risco para transtornos alimentares em estudos epidemiológicos. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2008 Sep;11(3):393–401.
16. Silva JA, Lopes SO, Cecon RS, Priore SE. Comportamento de risco para transtorno alimentar em universitárias de Viçosa-MG. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição - RASBRAN*. 2021 Jul 27;12(2):119–32.
17. Kosendiak AA, Adamczak BB, Kuźnik Z, Makles S. How Dietary Choices and Nutritional Knowledge Relate to Eating Disorders and Body Esteem of Medical Students? A Single-Center Cross-Sectional Study. *Nutrients*. 2024 May 8;16(10):1414. doi: 10.3390/nu16101414.
18. Budhiwianto S, Bennett CJ, Bristow CA, Dart J. Global Prevalence of Eating Disorders in Nutrition and Dietetic University Students: A Systematic Scoping Review. *Nutrients*. 2023;15(10):2317. Published 2023 May 15. doi:10.3390/nu15102317
19. Anjos LA dos, Ferreira ZAB. Saúde Estética: Impactos Emocionais causados pelo padrão de beleza imposto pela sociedade / Aesthetic Health: Emotional Impacts caused by the Standard of beauty imposed by Society. ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA [Internet]. 2021 May 31;15(55):595–604. Available from: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3093>
20. Zanolli NMBC, Cândido APC, Oliveira RMS, Mendes LL, Netto MP, Souza AIS. Fatores associados com a insatisfação corporal de crianças e adolescentes de escola pública em município da Zona da Mata mineira. *Revista de APS*. 2020 Jun 16;22(1).
21. Rocks T, Pelly F, Slater G, Martin LA. Prevalence of Exercise Addiction Symptomology and Disordered Eating in Australian Students Studying Nutrition and Dietetics. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics* [Internet]. 2017 Oct 1;117(10):1628–36. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2212267217303416>
22. Lavinhati PN, Barone B, Grogolon RB. INVESTIGAÇÃO DE PRESENÇA DE DISTÚRBIOS ALIMENTARES E INSATISFAÇÃO COM O PESO E A FORMA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS. *Revista Multidisciplinar da Saúde* [Internet]. 2022;



4(2):29–47. Available from:

<https://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaMultiSaude/article/view/1945>

23. Sampaio HA de C, Silva IA da, Parente NDA, Carioca AAF. AMBIENTE FAMILIAR E RISCO DE TRANSTORNO ALIMENTAR ENTRE UNIVERSITÁRIOS DA ÁREA DA SAÚDE. DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde. 2019 Mar 28;14(1):33308.

24. Silva LPR, Tucan ARO, Rodrigues EL, Ré PVD, Sanches PMA, Bresan D. Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários. Einstein (Sao Paulo). 2019;17(4):eA04642.

https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2019A04642

25. Wroblevski B, Lucas M de S, Silva RM da, Cunha MS da. Relação entre insatisfação corporal e saúde mental dos adolescentes brasileiros: um estudo com representatividade nacional. Rev. Ciência e Saúde Coletiva [Internet]. 2022 Aug;27(8):3227–38. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022278.16302021>

26. Santos V de C, Cattelan MG. AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR E IMAGEM CORPORAL EM UNIVERSITÁRIAS. Revista Científica Unilago [Internet]. 2019 Oct 28;1(1). Available from: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-cientifica/article/view/180>

27. Poínhos R, Alves D, Vieira E, Pinhão S, Oliveira BM, Correia F. Eating behaviour among undergraduate students. Comparing nutrition students with other courses. Appetite. 2015;84:28-33. doi:10.1016/j.appet.2014.09.011

28. Andrade C de A, Bezerra RA, Magnavita APA, Silva LSGR e. Dietas restritivas e o risco para o desenvolvimento de compulsão alimentar em adolescentes / Restrictive diets and the risk of development of food compulsion in adolescents. Brazilian Journal of Development [Internet]. 2021 Jun 7;7(5):50918–28. Available from:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/30119/23720>

29. Oliveira J de, Figueredo L, Cordás TA. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta “low-carb” em estudantes universitários. Jornal Brasileiro de Psiquiatria. 2019 Dec;68(4):183–90.

30. Silva AMB da, Machado W de L, Bellodi AC, Cunha KS da, Enumo SRF. Jovens Insatisfeitos com a Imagem Corporal: Estresse, Autoestima e Problemas Alimentares. Psico-USF [Internet]. 2018 Jul;23(3):483–95. Available from:

<https://www.scielo.br/pdf/pusf/v23n3/2175-3563-pusf-23-03-483.pdf>