

DOI: 10.35621/23587490.v7.n1.p1870-1886

## RELAÇÃO ENTRE COMPULSÃO ALIMENTAR E DIETAS RESTRITIVAS COM ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDANTES DOS CURSOS DE NUTRIÇÃO E EDUCAÇÃO FÍSICA

*RELATIONSHIP BETWEEN FOOD COMPULSION AND RESTRICTIVE DIETS WITH NUTRITIONAL STATUS OF STUDENTS IN NUTRITION AND PHYSICAL EDUCATION COURSES*

Danielle Martins Gonçalves<sup>1</sup>  
Dórits Gonçalves Andrade<sup>2</sup>  
Larissa de Brito Medeiros<sup>3</sup>

**RESUMO: Objetivo:** Correlacionar a adesão a dietas restritivas e desenvolvimento de compulsão alimentar com estado nutricional de estudantes dos cursos de Nutrição e Educação Física do município de Cajazeiras-PB. **Metodologia:** A população do estudo foi composta por 45 estudantes com idade entre 18 anos e 40 anos, de ambos os sexos, dos cursos de Nutrição e Educação Física, do município de Cajazeiras-PB, da Faculdade da Santa Maria (FSM) e Faculdade de Filosofia Ciências e Letras (FAFIC). Quanto à coleta de dados, foi realizada uma análise antropométrica para avaliação do estado nutricional e os estudantes foram submetidos a um Questionário de Adesão a Dietas Restritivas e Percepção de Imagem Corporal de autopreenchimento, a fim de avaliar os motivos, tipo e duração de adesão a dietas restritivas e aspectos quanto à auto percepção de imagem corporal. Posteriormente, foram submetidos ao preenchimento da Escala de Compulsão Alimentar Periódica (ECAP) para serem avaliados sintomas ou características que possam estar relacionado ao desenvolvimento da compulsão alimentar. Os dados foram tabulados no programa Microsoft Office Excel® 2016 para a realização da estatística descritiva e apresentados em percentual, média e desvio-padrão. As análises dos questionários foram realizadas no SPSS (versão 24). Foi utilizado o teste inferencial correlação de *Pearson* entre os dados obtidos dos questionários e o IMC. O critério de significância estatística adotado foi de  $p \leq 0,05$ . **Resultados:** A partir dos resultados obtidos, foi possível perceber que grande parte dos estudantes apresentava insatisfação corporal, com correlação direta com maior

<sup>1</sup> Pós-Graduanda em Nutrição Clínica Funcional da Faculdade Santa Maria.

<sup>2</sup> Pós-Graduanda em Nutrição Clínica Funcional da Faculdade Santa Maria.

<sup>3</sup> Docente do Curso de Nutrição da Faculdade Santa Maria.

IMC e maior pontuação da ECAP. Além disso, a grande adesão a dietas restritivas teve relação diretamente proporcional com o risco de desenvolvimento de compulsão alimentar. Esses resultados corroboram com estudos anteriores que apontam a relação entre dietas restritivas e compulsão alimentar, bem como, a maior suscetibilidade dos estudantes da área da saúde para ao desenvolvimento de distúrbios alimentares, principalmente dos cursos de Nutrição e Educação Física. **Conclusão:** Os estudantes dos cursos de Nutrição e Educação Física tem risco de desenvolver transtornos alimentares e de percepção da imagem corporal, aderindo a dietas restritivas sem acompanhamento profissional, com o intuito de adequação em padrões estéticos muitas vezes associados às suas capacidades intelectual e profissional. Assim, sugere-se uma investigação de outras variáveis que possam estar envolvidas nesse comportamento, com o objetivo de identificar riscos e potencializar intervenções preventivas no âmbito acadêmico.

**Palavras chave:** Dieta Redutora. Transtorno da Compulsão Alimentar. Saúde do Estudante. Nutrição. Educação Física e treinamento.

**ABSTRACT: Objective:** *Correlate adherence to restrictive diets and development of binge eating with nutritional status of students of Nutrition and Physical Education courses in the municipality of Cajazeiras-PB. Methodology:* *The study population consisted of 45 students aged between 18 and 40 years old, of both sexes, from the Nutrition and Physical Education courses, in the municipality of Cajazeiras-PB, Faculdade da Santa Maria (FSM) and Faculdade of Philosophy Sciences and Letters (FAFIC). As for data collection, an anthropometric analysis was carried out to assess nutritional status and students were submitted to a Self-Filling Compliance Questionnaire and Perception of Body Image, in order to assess the reasons, type and duration of adherence to restrictive diets and aspects of self-perception of body image. Subsequently, they were submitted to the Periodic Eating Compulsion Scale (ECAP) to assess symptoms or characteristics that may be related to the development of binge eating. The data were tabulated in the Microsoft Office Excel® 2016 program to perform descriptive statistics and presented in percentages, mean and standard deviation. The analysis of the questionnaires was carried out in SPSS (version 24). The inferential Pearson correlation test was used between the data obtained from the questionnaires and the BMI. The criterion for statistical significance adopted was  $p \leq 0.05$ . Results:* *From the results obtained, it was possible to notice that most of the students had body dissatisfaction, with a direct correlation with higher BMI and higher ECAP score. In addition, the high adherence to restrictive diets was directly proportional to the risk of developing binge eating. These results corroborate with previous studies that point out the relationship between restrictive diets and binge eating, as well as, the greater susceptibility of students in the health area to the development of eating disorders, especially in Nutrition and Physical Education courses. Conclusion:* *Students of the Nutrition and Physical Education courses are at risk of developing eating disorders and perception of body image, adhering to restrictive diets without professional monitoring, in order to adapt to aesthetic standards often associated with their intellectual and professional capacities. Thus, an investigation of other variables that may be involved in this*

*behavior is suggested, in order to identify risks and enhance preventive interventions in the academic field.*

**Keywords:** *Diet, Reducing. Binge-Eating Disorder. Student Health. Nutrition. Physical Education and Training.*