

## A RELAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL COM OS HÁBITOS ALIMENTARES DE ACADÊMICAS DO CURSO DE NUTRIÇÃO

### THE RELATIONSHIP OF BODY MASS INDEX WITH THE EATING HABITS OF UNDERGRADUATE NUTRITION STUDENTS

Mara Dantas Pereira<sup>\*1</sup>, Míria Dantas Pereira<sup>2</sup>, Cristiane Kelly Aquino dos Santos<sup>3</sup>, Estélio Henrique Martin Dantas<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Sergipe-UFS, São Cristóvão-SE, Brasil

<sup>2,3,4</sup>Universidade Tiradentes-UNIT, Aracaju-SE, Brasil

\*Autor correspondente: maradantaspereira@gmail.com

#### RESUMO

As acadêmicas de cursos de Nutrição, podem estar expostas a hábitos alimentares irregulares, estados nutricionais alterados, obesidade e a transtornos alimentares. Isso pode ocorrer devido a diversos fatores, ou até mesmo a uma maior cobrança da sociedade, para que estas atendam a padrões estéticos perfeitos. O objetivo do estudo foi investigar a relação do índice de massa corporal com os hábitos alimentares de acadêmicas do curso de Nutrição. Para a coleta de dados foi utilizado o questionário *Eating Attitudes Test* (EAT-26), o estado nutricional foi classificado a partir do Índice de Massa Corporal (IMC). A análise do IMC demonstrou uma maior prevalência de estado nutricional normal (55,4%), seguido de subpeso (26,8%). Em relação ao EAT-26, 19,6% das universitárias revelaram se preocupar com a ideia de haver gordura em seus corpos. Ao decorrer de sua formação as acadêmicas de Nutrição adquirirão conhecimentos necessários sobre os alimentos, contudo elas também podem estar suscetíveis a práticas de saúde inadequadas. Visto isso, é imprescindível haver o incentivo pela promoção de maiores debates nos espaços universitários envolvendo tais temáticas.

**Palavras-chave:** Ciências da nutrição. Comportamento alimentar. Estudantes. Índice de massa corporal.

#### ABSTRACT

Nutrition course students may be exposed to irregular eating habits, altered nutritional status, obesity and eating disorders. This may occur due to several factors, or even to a greater demand from society, so that they meet perfect aesthetic standards. The objective of this study was to investigate the relationship between body mass index and the eating habits of undergraduate nutrition students. For data collection the Eating Attitudes Test (EAT-26) questionnaire was used, the nutritional status was classified from the Body Mass Index (BMI). The BMI analysis showed a higher prevalence of normal nutritional status (55.4%), followed by underweight (26.8%). Regarding the EAT-26, 19.6% of the college women revealed to be concerned with the idea of having fat in their bodies. During their training, female nutrition students acquire the necessary knowledge about food, but they may also be susceptible to inadequate health practices. Therefore, it is essential to encourage the promotion of greater debates in university spaces involving such issues.

**Key words:** Nutritional sciences. Eating behavior. Students. Body mass index.

## 1. INTRODUÇÃO

A relação entre os Hábitos Alimentares (HA) e o Índice de Massa Corpórea (IMC) vem ganhando força em suas discussões nas últimas décadas [1,2]. Atualmente, diversos estudos buscam analisar as práticas alimentares contemporâneas tendo como parâmetro de análise o IMC. É preciso realçar, que no decorrer da história evolutiva do ser humano houve diversas mudanças no cenário alimentar no qual os indivíduos vêm mudando constantemente seus HA [1,2].

A alimentação caracteriza-se como um fenômeno complexo que abrange diversos aspectos, tais como: psicológicos, biológicos, fisiológicos, sociais, econômicos, científicos, políticos e culturais; que são elementares na dinâmica do desenvolvimento das sociedades. O ato de se alimentar está inserido na história de cada indivíduo, seus sentimentos, lembranças, conflitos, estado emocional e social, além de sua conexão de modo amplo com o alimento [3,4].

Diante disto, a alimentação é um processo fisiológico, onde o hipotálamo controla a fome e a saciedade. Contudo, o processamento não é tão mecânico quanto aparenta, a condição psicológica também influencia a alimentação, a exemplo, na alimentação materna, o bebê aprende sentimentos de segurança, bem-estar e carinho. A relação da comida com estes sentimentos ocorrem ao longo de toda a vida, por este motivo os estados emocionais como a ansiedade, depressão e alegria induzem fortemente nos processos da alimentação [5].

Em continuidade, a alimentação e a nutrição necessitam ser apropriadas as dimensões biológicas e sociais dos indivíduos e estarem de acordo com as necessidades alimentares, guiando-se pela cultura, raça, gênero, etnia, situação financeira, fatores sociais e culturais do ato de comer. Além da alimentação saudável nutrir o corpo, a mente e o espírito, passando-se da sua função simples de manutenção da vida [6].

Globalmente, encontra-se um alto índice de hábitos alimentares inadequados; ocorrendo uma alta preponderância do consumo de *fast food*, tendo estimativas de consumo de 17% na Europa, 36% na Ásia-Pacífico e 47% nas Américas. Sendo estes HA inadequados, um fator de risco para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como: diabetes, pressão alta e alguns tipos de câncer [7].

HA podem ser estabelecidos pelos comportamentos conscientes e repetitivos diante da alimentação ou dieta, que pode ser especialmente influenciado pela sociedade em que faz parte. Manter uma dieta saudável ocasiona a prevenção de doenças, como também sobrepeso e obesidade. Porém, a manutenção de uma dieta equilibrada não é fácil, pois a alimentação é influenciada por costumes familiares, capacidade de aquisição, tempo para preparação, etc. Desse modo, os indivíduos especialmente os jovens não são capazes de se adaptar facilmente para a dinâmica de uma alimentação saudável [8].

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), uma dieta não saudável é um problema de saúde pública a nível global. A OMS declara que um dos principais motivos das DCNT são dietas não saudáveis e a falta de prática de atividade física regular [9].

Ao adentrar na Universidade, comumente para os estudantes, é um período de mudança da adolescência para a vida adulta. É um tempo de busca e contemplação do

discernimento de individualidade e, conjuntamente, se torna um período de construção de relações sociais com os outros. Para muitos universitários, pode ser esta a primeira vez que residem longe de seus pais, de suas casas e do âmbito social já conhecido, isso pode gerar incertezas, hesitações e ansiedade. É durante essa fase de transformações que muitos hábitos de vida maléficos à saúde são iniciados ou se constituem permanentemente [10].

Dentro dos HA que constantemente são observados em estudantes universitários, incluem omissão de horário das refeições, em particular o café da manhã, e o aumento do consumo de *fast food*. As alterações destes HA podem ser afetadas pela redução da influência da família na seleção de alimentos, pressão dos colegas, aumento da exposição pela mídia, maior capacidade de gastos irrestritos e aumento de responsabilidades, que geram limitação do tempo para consumir um alimento saudável [2].

É válido ressaltar, que alguns estudantes universitários mais jovens que estão em processo de crescimento e permutação de nutrientes nas estruturas corporais, gerando maiores exigências do que no resto das etapas da vida, podem ser influenciados e afetados em seu estado nutricional, por seja qual for a modificação no padrão da alimentação [11].

Destaca-se, que durante o período de vida acadêmica é possível contemplar diversos fatores que geram estado nutricional alterado, obesidade e o surgimento de comorbidades, contudo quando identificados é possível prevenir e reduzir os malefícios para a saúde, por meio da promoção de hábitos saudáveis. Com isso, a alimentação saudável é considerada como o fator principal para a promover e proteger a saúde, estabelecendo a qualidade de vida que é direito básico do ser humano [10,11].

As acadêmicas de cursos de Nutrição, estão inseridas nesse contexto, devido a uma maior cobrança da sociedade, para que estas profissionais em formação, possuam uma aparência física magra e perfeita, atendendo aos padrões vigentes pela sociedade [8]. Neste sentido, o objetivo do presente estudo foi investigar a relação do índice de massa corporal com os hábitos alimentares de acadêmicas do curso de Nutrição.

## **2. MATERIAL E MÉTODOS**

Estudo do tipo quantitativo, de natureza descritiva e de corte transversal. Teve sua coleta de dados realizada no período de 2019 a 2020, nos meses de novembro a fevereiro. Para a consecução deste trabalho, as estudantes foram previamente convocadas a participarem da pesquisa como voluntárias durante o período que estivessem em sala de aula, a propósito do

que foram devidamente informadas sobre os objetivos do estudo, sendo adiante, entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para sua assinatura, oportunidade em que foi imprescindível realçar sobre o sigilo das informações coletadas e o respeito à subjetividade e integridade das participantes.

Como critérios para inclusão na pesquisa, foram estabelecidos: estudantes do sexo feminino com faixa etária de 18 a 44 anos, todas devidamente matriculadas no curso de Nutrição entre o 1º ao 10º período em uma Universidade privada localizada na cidade de Aracaju, estado de Sergipe.

Para os critérios de exclusão da pesquisa foi levado em consideração as acadêmicas que não responderam de forma integral o questionário *Eating Attitudes Test* (EAT-26). Ao final, foram recrutadas 56 universitárias.

Desse modo, para a coleta dos dados foi utilizado o instrumento EAT-26, que foi traduzido e validado no Brasil por estudos realizados anteriormente [12]. Esta ferramenta é composta por 26 questões do tipo escala de Likert, que possui por objetivo rastrear sintomas e comportamentos de risco para o desenvolvimento de Transtornos Alimentares (TA), tendo como suas opções de respostas (nunca, quase nunca, poucas vezes, às vezes, muitas vezes e sempre), que marcam entre 0 a 3, com a pontuação final do questionário entre a variável de 0 a 78 pontos.

Para responder ao problema do estudo foi realizado a tabulação e organização dos dados coletados, através da construção de um banco de dados como o uso do programa Microsoft® Office Excel 265. Para análise dos resultados foi utilizado o programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 22.0, foram realizadas análises descritivas através da frequência absoluta e relativa, e comparação entre a frequência das respostas, utilizando o teste qui-quadrado de Pearson para avaliar a diferença na distribuição dos dados entre resultados do IMC das estudantes. Para obtenção dos valores de cada escala, utilizou-se a média para obter o valor total de cada indivíduo, para cada instrumento [13].

Em seguida, o teste Kolmogorov-Smirnov com correlação de Lilliefors e para as variáveis não paramétricas, aplicou-se o teste Tau-b de Kendall, com o intuito de avaliar a correlação dos escores, analisando a força da correlação. O intervalo de confiança utilizado foi padronizado em 95% para apresentar significância estatística ( $p < 0,05$ ).

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Tiradentes (UNIT), sob número de parecer 3.709.280 (CAAE nº 17284319.9.0000.537), assim como

segiu as normas da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, relativa à pesquisa com seres humanos.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 56 universitárias do sexo feminino, com médias de idade de 23,2 ( $\pm 5,935$ ) e período 5,8 ( $\pm 3,336$ ). Na Tabela 1, observam-se os resultados referentes a associação entre o teste qui-quadrado de Pearson, por meio do qual foi possível observar a associação entre o curso e o IMC, pois as acadêmicas de Nutrição são apontadas como um grupo particularmente vulnerável na perspectiva nutricional, em razão de começarem assumir obrigações e sua alimentação movendo-se por um estágio crítico na manutenção e preservação de comportamentos alimentares importantes para sua saúde futuramente [11].

Evidencia-se também, que a média prevalente encontrada de IMC (55,4%) da amostra indica que em maior prevalência às estudantes obtiveram o peso normal, ainda que se tenha encontrado um índice de (26,8%) de subpeso, tornando-se um indicativo de alerta, pois se encontram abaixo do peso considerado normal. Destaca-se que não houve diferença estatística entre os IMC das participantes ( $p > 0,05$ ).

**Tabela 1.** Associação entre o curso e o IMC.

IMC	Nutrição n (%)	p*
Subpeso severo	1 (1,8)	*0,612
Subpeso	15 (26,8)	
Normal	31 (55,4)	
Sobrepeso	8 (14,3)	
Obeso	1 (1,8)	
Total	56 (100)	

**Legenda:** Teste qui-quadrado de Pearson - \*Associação significativa  $p < 0,612$ .

Segundo os achados de um estudo realizado no Brasil com estudantes de Nutrição e Nutricionistas, do sexo feminino e  $\geq 25$  anos. Utilizando-se como instrumento o EAT-26, observaram-se altas prevalências de estudantes que faziam dieta para emagrecer, com uma média de (40,7%); além de realçar que (40,7%) utilizavam de métodos para evitar ganho de peso; (23,9%) pular as refeições; (12,6%) fazer a ingestão apenas de líquidos ou não comer nada durante o dia e (3,3%) induziam vômitos [14].

Neste cenário, é preciso salientar que a restrição de modo intencional é sustentada pelo consumo de alimentos, com o objetivo de perda e manutenção de peso, pode ser prejudicial ao funcionamento do corpo e um importante fator de risco para o desenvolvimento de TA [14].

Observa-se na Tabela 2, que o IMC é um fator de impacto pela sua faixa de peso (subpeso) estando significativamente correlacionada com manifestações de atitudes alimentares, como demonstrado nos dados coletados através do instrumento EAT-26 ( $p < 0,001$ ). A mencionada tabela demonstra que há uma relação estatística, que melhor seria visualizada se houvesse uma amostra maior. Nota-se que apresenta uma relação estatística, sendo necessário o aumento amostral para se visualizar melhor tal correlação.

**Tabela 2.** Associação entre EAT-26, Período, IMC e Idade das estudantes de Nutrição.

Correlações		EAT-26	Período	IMC	Idade
EAT-26	r	1,000	-	-	-
	p	-	-	-	-
Período	r	0,025	1,000	-	-
	p	0,712	-	-	-
IMC	r	-0,248	-0,066	1,000	-
	p	0,001	0,339	-	-
Idade	r	0,096	0,238	0,090	1,000
	p	0,129	0,001	0,170	-

**Legenda:** p - Associação significância estatística ( $p < 0,005$ ): Teste de qui-quadrado para proporções; r – O coeficiente de correlação de Pearson.

Observa-se que o IMC é um fator de impacto significativo  $p (< 0,001)$  ao se correlacionar com EAT-26, período e idade. Cabe destacar que o IMC resulta da divisão do peso do sujeito em quilogramas, pelo quadrado de sua altura categorizada em metros. Diante deste contexto, a OMS recomenda que o IMC seja um indicador de avaliação de peso para cada indivíduo tendo como base o peso e altura [1]. Assim, estabelecendo-se através de valores estatísticos a faixa de peso saudável que cada pessoa pode ter, juntamente com aquelas que requer atenção por se enquadrar em uma faixa de peso com risco a manutenção da saúde.

Na Tabela 3, pode-se destacar utilizando como parâmetro “Sempre” as seguintes respostas das estudantes de Nutrição, quanto às atitudes alimentares: *Demostro autocontrole diante dos alimentos* (25%), aponta uma preponderância em relação ao comportamento positivo das estudantes sobre a alimentação, trazendo índices que a ação de se alimentar está sendo administrada com controle, sem o manifesto de perda de controle ou de domínio dos alimentos sobre sua vida [14].

No entanto, é preciso ficar atento e alerta aos percentuais de algumas afirmativas que demonstram atitudes e comportamentos alimentares inadequados, sendo estas: *Fico apavorada com a ideia de estar engordando* (16,1%); *Sinto-me preocupada com os alimentos* (14,3%); *Presto atenção à quantidade de calorias dos alimentos que eu como* (10,7%); *Sinto que os outros gostariam que eu comesse mais* (3,6%); *Preocupo-me com o desejo de ser mais magra* (10,7%); *Penso em queimar calorias a mais quando me exercito* (10,7%); *Preocupo-me com a ideia de haver gordura em meu corpo* (17,9%); *Demoro mais tempo para fazer minhas refeições do que as outras pessoas* (12,5%); *Sinto que os alimentos controlam minha vida* (7,1%); *Passo muito tempo pensando em comer* (8,9%) e *Gosto de experimentar novos alimentos ricos em calorias* (14,3%).

Com base nas afirmativas descritas, é preciso expor que o padrão de beleza imposto pela sociedade nos dias atuais, da figura de porte magro e atlético, não leva em consideração os diversos tipos de físicos e particularidades de saúde da população. E como expõe as afirmativas acima, gera uma insatisfação da imagem corporal. Este descontentamento com o próprio corpo leva ao indivíduo a buscar um padrão de imagem irreal, considerado como perfeito através da adesão de dietas restritas e práticas inadequadas de controle de peso, além do uso de medicamentos com o intuito de emagrecer, autoindução de vômitos e a prática de atividade física exaustiva [15].

Vale ressaltar que estudos contemporâneos mostram que alguns grupos populacionais são mais vulneráveis ao surgimento de TA como mulheres jovens, nutricionistas e universitários. Ambos pertencentes a grupos que reforçam a demanda por um corpo magro, aumentando mais o risco de manutenção de comportamentos e HA inadequados [15,16].

Diante da afirmativa *Sinto vontade de vomitar após as refeições* (1,8%), mesmo com baixo percentual é necessário realçar que esta traz um importante alerta indicativo do comportamento de risco, característico de indivíduos que podem manifestar bulimia nervosa é definida pela ingestão de uma grande quantidade de alimento em um curto intervalo de tempo, sendo que a compreensão deste fato pode levar ao indivíduo a medidas extremas, que são intitulados de episódios bulímicos. Neste momento, o sujeito manifesta um forte sentimento de culpa e busca compensação da ação feita por intermédio de vômitos autoinduzidos, como supracitado anteriormente pela ação do desejo de vomitar após o consumo de alimentos [17].

Mediante as informações, o passo inicial para uma intervenção eficiente para os TA é a busca de ajuda de uma equipe de profissionais de saúde, compostas por nutricionistas, psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais, enfermeiros e educadores físicos. O

tratamento deve incluir a conscientização do quanto esta ação dos indivíduos que apresentam TA é indevido e prejudicial à saúde [15].

Cabe ainda, a estabilização do padrão nutricional saudável de faixa de peso, a indagação dos pensamentos e crenças do indivíduo sobre ele mesmo e a orientação na resolutividade de problemas que envolvam a comida correlacionada a atenuação de sintomas de ansiedade e manifestações de preocupações. Desta forma, se faz imprescindível buscar ser acompanhado por profissionais de saúde para criação de pensamentos mais funcionais, e se preciso fazer o uso de medicação para o controle de possíveis quadros depressivos [15].

**Tabela 3.** Respostas das atitudes alimentares das universitárias do curso de Nutrição, segundo a escala EAT-26.

<b>EAT-26</b>	<b>n%</b>
<b>Fico apavorada com a ideia de estar engordando</b>	
Muitas vezes	7 (12,5)
Sempre	9 (16,1)
<b>Evito comer quando estou com fome</b>	
Muitas vezes	0 (0)
Sempre	0 (0)
<b>Sinto-me preocupada com os alimentos</b>	
Muitas vezes	11 (19,6)
Sempre	8 (14,3)
<b>Continuar a comer em exagero faz com que eu sinta que não sou capaz de parar</b>	
Muitas vezes	2 (3,6)
Sempre	2 (3,6)
<b>Corto os meus alimentos em pequenos pedaços</b>	
Muitas vezes	8 (14,3)
Sempre	4 (7,1)
<b>Presto atenção à quantidade de calorias dos alimentos que eu como</b>	
Muitas vezes	3 (5,4)
Sempre	6 (10,7)
<b>Evito particularmente os alimentos ricos em carboidratos</b>	
Muitas vezes	6 (10,7)
Sempre	0 (0)
<b>Sinto que os outros gostariam que eu comesse mais</b>	
Muitas vezes	7 (12,5)
Sempre	2 (3,6)



<b>Vomito depois de comer</b>	
Muitas vezes	0 (0)
Sempre	0 (0)
<b>Sinto-me extremamente culpada depois de comer</b>	
Muitas vezes	4 (7,1)
Sempre	0 (0)
<b>Preocupo-me com o desejo de ser mais magra</b>	
Muitas vezes	6 (10,7)
Sempre	6 (10,7)
<b>Penso em queimar calorias a mais quando me exercito</b>	
Muitas vezes	9 (16,1)
Sempre	6 (10,7)
<b>As pessoas me acham muito magra</b>	
Muitas vezes	6 (10,7)
Sempre	5 (8,9)
<b>Preocupo-me com a ideia de haver gordura em meu corpo</b>	
Muitas vezes	11 (19,6)
Sempre	10 (17,9)
<b>Demoro mais tempo para fazer minhas refeições do que as outras pessoas</b>	
Muitas vezes	5 (8,9)
Sempre	7 (12,5)
<b>Evito comer alimentos que contenham açúcar</b>	
Muitas vezes	5 (8,9)
Sempre	1 (1,8)
<b>Costumo comer alimentos dietéticos</b>	
Muitas vezes	4 (7,1)
Sempre	4 (7,1)
<b>Sinto que os alimentos controlam minha vida</b>	
Muitas vezes	7 (12,5)
Sempre	4 (7,1)
<b>Demostro autocontrole diante dos alimentos</b>	
Muitas vezes	12 (21,4)
Sempre	14 (25)
<b>Sinto que os outros me pressionam para comer</b>	
Muitas vezes	4 (7,1)
Sempre	0 (0)
<b>Passo muito tempo pensando em comer</b>	
Muitas vezes	7 (12,5)

Sempre	5 (8,9)
<b>Sinto desconforto após comer doces</b>	
Muitas vezes	3 (5,4)
Sempre	0 (0)
<b>Faço regimes para emagrecer</b>	
Muitas vezes	9 (16,1)
Sempre	0 (0)
<b>Gosto de sentir meu estômago vazio</b>	
Muitas vezes	1 (1,8)
Sempre	0 (0)
<b>Gosto de experimentar novos alimentos ricos em calorias</b>	
Muitas vezes	6 (10,7)
Sempre	8 (14,3)
<b>Sinto vontade de vomitar após as refeições</b>	
Muitas vezes	2 (3,6)
Sempre	1 (1,8)

## CONCLUSÕES

No momento atual, o Brasil vem enfrentando um aumento exponencial do sobrepeso e da obesidade, que compõem um dos principais problemas de saúde pública da sociedade moderna, afetando todas as faixas etárias. Contudo, essa problemática não corrobora com os dados encontrados neste estudo, pois a população-alvo da pesquisa encontra-se em sua maioria dentro do peso ideal, estando de acordo com os IMC preconizados. Entretanto, possuir um parâmetro nutricional considerado normal, não constata um consumo alimentar regular e satisfatório, nem inviabiliza o surgimento de possíveis TA. Nesse sentido, os resultados do presente estudo apontam uma correlação entre o IMC da amostra estudada, com HA irregulares, o que pode ser enfatizado pelas respostas das afirmativas do instrumento EAT-26.

Dessa forma, é preciso realçar que a alta predominância dos fatores de risco para manutenção de TA em universitárias do curso de Nutrição é devido, possivelmente, a uma grande pressão da sociedade pela profissional ser exemplo, com uma aparência física magra, pois por possuir os conhecimentos sobre a alimentação, tem o dever de seguir padrões estéticos irreais e padronizados em uma figura padrão com alcance surrealista. Tais pensamentos errôneos, podem contribuir diretamente para que essas acadêmicas sejam expostas a um ambiente favorável a manifestação de TA.

Desse modo, mediante aos achados da pesquisa, pode-se observar que apesar de o predomínio do IMC das participantes do estudo ser normal de forma predominante (55,4%),

destaca-se que uma parcela significativa das estudantes se encontra em subpeso (26,8%), o que se torna um importante indicativo de alerta por estarem abaixo do peso normal. É preciso evidenciar, que o estudo também evidenciou HA inadequados através dos dados obtidos com o EAT-26, o que pode ser um fator de risco da manutenção de comportamentos que podem ocasionar o desenvolvimento de TA nas acadêmicas de Nutrição.

Por fim, com o estudo foi observado a necessidade de propor que sejam realizados novos estudos, que forneçam informações sobre a influência dos HA associados ao IMC sobre o surgimento de comportamentos alimentares inadequadas, tendo com o propósito de debater e trazer discussões no ambiente universitário, bem como o incentivo da prática de hábitos alimentares considerados saudáveis, visto que o público universitário é considerado jovem portanto, ainda é possível evitar futuros agravos para a saúde dessas acadêmicas. Deve ser promovida a criação de políticas públicas em prol do incentivo da melhoria das condições de saúde desta população, para que, assim, evite-se agravos desencadeados pelos fatores avaliados.

## **AGRADECIMENTOS**

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

## **REFERÊNCIAS**

- [1] CCAJIA, C. E. S. **Actividad física y hábitos alimentarios en el IMC de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Agrícola de la Universidad Nacional del Altiplano.** Universidad Nacional del Altiplano, 2019. Disponível em <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/11424>, [acesso 31 mar 2020].
- [2] BECERRA-BULLA, F.; PINZÓN-VILLATE, G.; VARGAS-ZARATE, M.; MARTÍNEZ-MARÍN, E. M.; CALLEJAS-MALPICA, E. F. Cambios en el estado nutricional y hábitos alimentarios de estudiantes universitarios. Bogotá, D.C. 2013. **Revista de la Facultad de Medicina**, v. 64, n. 2, p. 249–56, 2016.

- [3] CARDOZO, M.; SANTOS, C. R. B.; NASCIMENTO, H. S.; SANTOS, I. P. G. Ambientes alimentares universitários: percepções de estudantes de Nutrição de uma instituição de ensino superior. **DEMETRA: alimentação, nutrição & saúde**, v. 12, n. 2, p. 431–45, 2017.
- [4] SILVA, S. C. M.; SANTOS, D. S.; CARNEIRO, M. S.; CARVALHO, I. L. P.; AIRES, C. N. Comportamento de risco para anorexia nervosa em universitários do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior em Belém-PA. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. sup.17, n. 17, p. 1–7, 2019.
- [5] PÉREZ, O. M.; ZAMORA, P. G. G.; PERALES, C. A. Factores determinantes de conductas alimentarias de riesgo y su prevalencia en estudiantes del área de ciencias de la salud. **IBN SINA**, v. 10, n. 1, p. 14–14, 2019.
- [6] COSTA, D. G.; CARLETO, C. T.; SANTOS, V. S.; HAAS, V. J.; GONÇALVES, R. M. D. A.; PEDROSA, L. A. K. Qualidade de vida e atitudes alimentares de graduandos da área da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, n. 1, p. 1642–1649, 2018.
- [7] REYNA, N. P. **Hábitos alimentarios y estado nutricional de los estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, Chachapoyas**. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, 2018. Disponível em <http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/1692>, [acesso 3 abr 2020].
- [8] BLANCO, M. E. C. Hábitos Alimenticios en estudiantes de la Universidad Mayor, Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca. **Bio Scientia**, v. 2, n. 4, p. 91–101, 2019.
- [9] NARVAEZ, S. R.; CANTO, M. O. Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. **Revista chilena de nutrición**, v. 47, n. 1, p. 67–72, 2020.
- [10] LOPES, L. S.; FREITAS, L. M. S. M.; ALVES, S. M.; MEDEIROS, M. O. Estudo sobre a qualidade de vida dos estudantes da Universidade Federal de Rondonópolis, MT utilizando dados comportamentais. **Biodiversidade**, v. 18, n. 2, p. 28–47, 2019.
- [11] CONTRERAS, S. E. A.; ORTÍZ, R. M.; GUARDADO, A. C. R.; CÁRDENAS, J. A. G. Estilo de vida y alimentación saludable, en estudiantes del CUVALLES de la UDG. **Revista**

*Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, v. 6, n. 12, p. 1–14, 2020.

[12] BIGHETTI, F. **Tradução e validação do Eating Attitudes Test (EAT-26) em adolescentes do sexo feminino na cidade de Ribeirão Preto – SP**. Universidade de São Paulo, 2003. Disponível em <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde-12042004-234230/>, [acesso 31 mar 2020].

[13] HINKLE, D. E.; WIERSMA, W.; JURIS, S. G. **Applied Statistics for the Behavioral Science**. Boston: Houghton Mifflin, 2003.

[14] OLIVEIRA, J.; FIGUEREDO, L.; CORDÁS, T. A. Prevalência de comportamentos de risco para transtornos alimentares e uso de dieta “low-carb” em estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 4, p. 183–190, 2019.

[15] OLIVEIRA, T. C.; BERING, T.; OLIVEIRA, J. R. T.; SEGRI, N. J. Comportamento alimentar e imagem corporal em universitárias do curso de nutrição. **Sigmae**, v. 8, n. 2, p. 771–778, 2019.

[16] MENON, A. M.; BLANCO, M. B.; BERNARDELLI, M. S. Ações de intervenção e orientação nutricional para estudantes com transtornos alimentares no Brasil: Uma revisão sistemática de literatura. **Revista Conhecimento Online**, v. 2, n. 11, p. 93–113, 2019.

[17] MAIA, R. G. L.; FIORIO, B. C.; ALMEIDA, J. Z.; SILVA, F. R. Estado nutricional e transtornos do comportamento alimentar em estudantes do curso de graduação em nutrição do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia, Ceará, Brasil. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 13, n. 1, p. 135–145, 2018.