



EDUCAÇÃO CIÊNCIA E SAÚDE
<http://dx.doi.org/10.20438/ecs.v12i1.658>

PREVALÊNCIA DE ORTOREXIA NERVOSA EM ESTUDANTES DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE NO CAMPUS DE CUITÉ

Neualy Tâmara Vasconcelos Fontes¹, Karinne Silva Lúcio², Francisco Patrício de Andrade Júnior³, Maria Emília da Silva Menezes⁴

¹ Farmacêutica pela UFCG/CES, Cuité-PB, Brasil.

² Acadêmica do Curso de Bacharelado em Farmácia, Unidade Acadêmica de Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité-PB, Brasil.

³ Prof. Dr. Faculdade Três Marias, João Pessoa-PB, Brasil.

⁴ Profa. Dra. Unidade Acadêmica de Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, PB, Brasil.

E-mail para correspondência: maria.emilia@professor.ufcg.edu.br

Resumo

A Ortorexia Nervosa (ON) caracterizada por indivíduos que possuem uma obsessão por alimentos saudáveis, e apresentam uma excessiva preocupação na qualidade e pureza desses alimentos. Possui início com o desejo da correção de hábitos alimentares reputados como ruins ou com o intuito de melhorar a saúde, mas, que direcionam para o surgimento de comportamentos distintos e semelhantes com os outros tipos de transtornos alimentares. Objetivou-se avaliar o comportamento de risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa em estudantes do sexo feminino dos cursos da área de saúde da Universidade Federal de Campina Grande - Campus Cuité-PB. Pesquisa epidemiológica, descritiva, transversal, quantitativa realizada com 300 estudantes do sexo feminino, com idades entre 16 e 31 anos, no qual aplicou-se um questionário ORTO-15, na versão em português, após aprovação do comitê de ética e pesquisa por envolver seres humanos. Identifica-se comportamento de risco para a em 34% das alunas participantes, dos cursos de Enfermagem e Farmácia apresentaram a maior tendência a desenvolver ON com 35,3% e 36,3%, respectivamente. Contudo, torna-se necessário outros estudos em todo o país e ao redor do mundo, para que se obtenham dados mais abrangentes e seja possível criar um perfil epidemiológico.

Palavras-chave: transtorno alimentar, ortorexia nervosa, alimentação saudável.

Abstract

Orthorexia Nervosa (ON) is characterized by individuals who have an obsession with healthy foods, and are excessively concerned about the quality and purity of these foods. It begins with the desire to correct eating habits considered bad or with the aim of improving health, but which leads to the emergence of behaviors that are distinct and similar to other types of eating disorders. The objective was to evaluate risk behavior for the development of orthorexia nervosa in female students studying health courses at the Federal University of Campina Grande – Campus Cuité-PB. Epidemiological, descriptive, cross-sectional, quantitative research carried out with 300 female students, aged between 16 and 31 years old, in which an ORTO-15 questionnaire was applied, in the Portuguese version, after approval by the ethics and research committee as it involves being's humans. Risk behavior was identified in 34% of the participating students; Nursing and Pharmacy courses showed the greatest tendency to develop ON with 35.3% and 36.3%, respectively. However, further studies across the country and around the world are necessary to obtain more comprehensive data and create an epidemiological profile.

Keywords: eating disorder, orthorexia nervosa, healthy eating.

1 Introdução

O termo ortorexia nervosa (ON) foi descrito em 1997 por Steven Bratman, caracterizado por indivíduos que possuem uma obsessão por alimentos saudáveis, e apresentam uma excessiva preocupação na qualidade e pureza desses alimentos (Penaforte et al., 2018), ou seja, é o perfeccionismo alimentar idealizado por uma alimentação perfeita e com rigorosas regras dietéticas autoimpostas (Lorenzon; Minossi; Pegolo, 2020).

Com isso Dell'Osso et al., (2016), falaram que os transtornos alimentares (TA) são definidos por uma inquietação permanente na alimentação ou no comportamento ligado à alimentação que resulta na ingestão ou na captação alterada de alimentos e que compromete consideravelmente a saúde física ou o funcionamento psicossocial. No meio se destacam os seguintes: Pica, Transtorno de Ruminação, Ortorexia Nervosa, Anorexia Nervosa (AN), Bulimia Nervosa (BN) e Transtorno de Compulsão Alimentar.

O desenvolvimento da ON se inicia no indivíduo com o desejo da correção de hábitos alimentares reputados como ruins ou com o intuito de melhorar a saúde, mas, que direcionam para o surgimento de comportamentos distintos e semelhantes com os outros tipos de transtornos alimentares (Rodrigues et al., 2017; Lorenzon; Minossi; Pegolo, 2020; Camillo, 2022), como a obsessão alimentar e o distanciamento social, comuns a anorexia nervosa e bulimia nervosa (Luna; Belmonte, 2016).

A ON é comportamento de preocupação e cuidado com a saúde e não um comportamento patológico, porém, faz-se necessário mais investigações dos fatores preditores do comportamento ortoréxico para comportamentos de risco de transtornos alimentares na população (Rodrigues et al., 2023).

Como o transtorno alimentar é recente na literatura científica, não há muitos estudos e, no Brasil, inexistem instrumentos claros para pesquisas. Por esse motivo, não foram realizados estudos sobre a prevalência desse comportamento na população brasileira até o momento. Estudos publicados sugerem que o teste *ORTO-15*, que se encontra em processo de validação, seja o mais adequado para coletar dados com o intuito de analisar a prevalência da ortorexia nervosa. Devido a ter escassez de material sobre o assunto, é esperado atrair atenção para o tema e contribuir para a descoberta de novas hipóteses nos aparecimentos de ON.

Nesse sentido, a presente pesquisa possui como objetivo avaliar o comportamento de risco para desenvolvimento de ortorexia nervosa em estudantes do sexo feminino dos cursos da área de saúde (Enfermagem, Farmácia e Nutrição) da Universidade Federal de Campina Grande – Campus Cuité-PB.

2 Metodologia

Trata-se de um trabalho de conclusão de curso de Farmácia, é uma pesquisa epidemiológica, descritiva, transversal com abordagem quantitativa realizada em 2018, cuja amostragem compreendeu 300 estudantes do sexo feminino, dos cursos da área de saúde – 100 alunas de Enfermagem, 100 alunas de Farmácia e 100 alunas de Nutrição - da Universidade Federal de Campina Grande – CES – Campus de Cuité-PB.

Os critérios de inclusão foram: estar matriculado na referida universidade; ser do gênero feminino; apresentar o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido” (TCLE) assinado por um responsável e manifestar vontade de participar. Já os critérios de exclusão foram: estudantes que optaram por não participar da pesquisa; quem não restituiu o TCLE; os questionários que não estavam devidamente respondidos com as variáveis de peso e/ou altura.

O instrumento de coleta de dados utilizado para avaliação da prevalência de ortorexia nervosa foi o questionário *ORTO-15* (Donini et al., 2004), traduzido

e adaptado para a língua portuguesa, sendo composto por 15 questões de múltipla escolha, que abordam atitudes obsessivas dos indivíduos quanto a escolha, preparo e consumo de alimentos considerados saudáveis. Para identificar comportamento de risco para a ortorexia nervosa, considerou-se ponto de corte inferior a 40, indicado para estudos populacionais, proposto pelos autores do instrumento.

A coleta de dados foi realizada durante um período de seis semanas (fevereiro a março de 2018), nas salas de aulas da Universidade Federal de Campina Grande - Campus Cuité-PB e solicitou-se aos docentes permissão para explicação da pesquisa e do TCLE, e para o preenchimento do questionário *ORTO-15* pelas alunas, com duração de 20 minutos.

Os dados foram computados no programa estatístico *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS®) versão 23.0 e testados quanto à sua normalidade pelo teste *Shapiro-Wilk*.

Após essa definição, foram aplicados testes específicos para dados paramétricos, como teste *t de student* para comparação entre os grupos com e sem os transtornos. As comparações entre as frequências foram feitas por Qui-quadrado. As diferenças foram consideradas significativas para valores de $p < 0,05$.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Alcides Carneiro - Campina Grande/ HUAC da Plataforma Brasil, o qual foi desenvolvido considerando os aspectos éticos de pesquisa envolvendo seres humanos, preconizado pela resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sendo aprovado pelo Comitê, pelo parecer nº 1.952.370, CAAE: 64353016.3.0000.5575.

3 Resultados e discussões

Os cursos da área da saúde do campus Cuité (Enfermagem, Farmácia e Nutrição) contam, no momento da pesquisa, com 673 alunas matriculadas. Destas, 300 participaram da pesquisa, totalizando 44%, com idades entre 16 e 31 anos.

Das 300 participantes, 34% ($n = 102$) apresentaram comportamento de risco para o desenvolvimento de Ortorexia Nervosa (ON), enquanto 66% ($n = 198$) não apresentaram tal comportamento, como demonstrados no Quadro 01.

Quadro 01: Distribuição das alunas de acordo com o comportamento de risco para ON. Cuité-PB, 2018.

Comportamento de risco	n	%
Sim	102	34
Não	198	66
Total	300	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2018

Um estudo semelhante a esse foi realizado com estudantes do sexo feminino, com 17 anos ou mais, em cursos na área de educação, na Universidade Federal de Campina Grande – Campus Cuité-PB, onde 76,5% das participantes apresentaram comportamento de risco para o desenvolvimento de ortorexia nervosa (Cândido, 2017).

Em um estudo realizado por Marchi et al. (2018), 66% (n= 77) das estudantes do sexo feminino possuíam predisposição a desenvolvimento ortoréxico.

A distribuição das alunas em relação à idade mostrou que 54,7% (n= 164) tinham entre 16 e 20 anos, 36,7% (n= 110) tinham entre 21 e 25 anos, 6% (n= 18) tinham entre 26 e 30 anos e 2,6% (n= 8) tinham idade igual ou superior a 31 anos. O Quadro 02 mostra que dentre o grupo que apresentou comportamento de risco (102 alunas), observou-se que as discentes com idade entre 16 e 20 anos apresentaram um maior risco para desenvolver ON.

Quadro 02: Distribuição das alunas com comportamento de risco de acordo com a faixa etária. Cuité-PB, 2018.

Faixa etária	Comportamento de risco	
	n	%
16 a 20 anos	59	57,8
21 a 25 anos	37	36,3
26 a 30 anos	04	3,9
≥ 31 anos	02	2,0
Total	102	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2018

Em um estudo realizado por Lorenzon; Minossi e Pegolo (2020) com 430 indivíduos, sendo 56,7% (n = 244) mulheres, com idade para ambos os sexos entre 18,1 e 59,9 anos. Constatou-se maior número de participantes com risco para ortorexia.

Esses resultados se assemelham com o estudo de Cândido (2017), no qual obteve-se que 66% das participantes que apresentaram comportamento de risco para desenvolvimento da ON tinham idade entre 17 e 27 anos. Tais resultados podem ser explicados ao considerar que são adultos jovens, e que estão, por sua vez, inclusos em diferentes contextos que impulsionam ao maior cuidado com a estética, resultando em dietas sem acompanhamento nutricional, além da imersão nas mídias sociais que apresentam variadas definições de alimentação saudável.

Em contrapartida, os dados obtidos por Donini et al. (2004) e Pontes (2014), após a realização de pesquisas, concluíram que a ortorexia nervosa está associada a idade avançada, opondo aos resultados encontrados nesta pesquisa. Assim como, o resultado encontrado no estudo de Lorenzon; Minossi e Pegolo (2020), o qual a presença do risco de ortorexia está associado à faixa etária maior que 40 até 60 anos. Ressaltando, nesse sentido, a necessidade da realização de novos estudos sobre a ON no mundo.

Quanto a distribuição das participantes de acordo com o curso em que estão matriculadas, distribuem-se da seguinte maneira: 33,3% (n= 100) cursam Enfermagem, 33,4% (n= 100) cursam Farmácia e 33,3% cursam Nutrição. Dentro do grupo de comportamento de risco, nota-se que as alunas dos cursos de Enfermagem e Farmácia apresentaram a maior tendência a desenvolver ON com 35,3% e 36,3%, respectivamente, como observado no Quadro 03.

Ao notar os resultados, o percentual das discentes do curso de Farmácia foi maior que as dos outros cursos; esse resultado pode ser explicado devido o curso de Farmácia ser composto por disciplinas de áreas diversas, como as da área de alimentos. Sendo assim, esse contato com a área pode interferir no resultado obtido, pois, há a possibilidade de despertar um interesse maior por uma alimentação mais saudável.

Quadro 03: Distribuição das alunas com comportamento de risco de acordo com o curso. Cuité-PB, 2018.

Curso	Comportamento de risco	
	N	%
Enfermagem	36	35,3
Farmácia	37	36,3
Nutrição	29	28,4
Total	102	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2018

No estudo de Penaforte et al. (2018) os comportamentos alimentares com tendência a ON foram identificados em 87,2% dos estudantes do curso de Nutrição. Os resultados demonstram que os estudantes de Nutrição parecem ser uma população especialmente em risco para tendência à ON, independentemente do período cursado.

Corroborando a maior vulnerabilidade para a ON nesse público, Souza e Rodrigues (2014) também encontraram alta prevalência de comportamento com tendência a ON em estudantes do curso técnico em nutrição (83,0%), estudantes de nutrição (88,7%) e nutricionistas (81,9%), respectivamente. No cenário internacional, estudos recentes confirmam essa mesma tendência entre estudantes de nutrição (Gubiec et al. 2015) e nutricionistas (Asil; Sürücüoğlu, 2015).

Nesta pesquisa foi avaliado o estado nutricional das alunas participantes e foram obtidos: 13,7% (n= 14) estavam abaixo do peso, 63,7% (n=65) com peso normal, 19,6% (n= 20) na faixa de pré-obeso, 2% (n= 2) com obesidade de grau I e 1% (n= 1) com obesidade grau II. Nenhuma das participantes com grau III relacionada a obesidade. No Quadro 04, ao relacionar o índice de Massa Corpórea (IMC) com o comportamento de risco (102 alunas) para ON, observa-se maior prevalência das com peso normal (63,7%).

Nos resultados desta pesquisa, as diferenças estatísticas significantes foram observadas principalmente nos grupos de peso normal e pré-obesos, mas, ressalta-se que os demais grupos também apresentaram participantes com comportamento de risco.

Quadro 04: Distribuição das alunas com comportamento de risco de acordo com o estado nutricional. Cuité-PB, 2018.

Comportamento de risco		
Estado nutricional	n	%
Baixo peso	14	13,7
Peso normal	65	63,7
Pré-obeso	20	19,6
Obeso I	02	02
Obeso II	01	01
Total	102	100

Fonte: Dados da pesquisa, 2018

Todavia, Bo et al. (2014); Souza; Rodrigues (2014); Lorenzon; Minossi e Pegolo (2020); Brandão et al. (2021) realizaram estudos e nenhuma justificativa foi encontrada para avaliar a relação entre as variáveis: estado nutricional e comportamento de risco para desenvolvimento da ON.

Diversos fatores podem contribuir para as diferenças entre os resultados. Para Barrada e Roncero (2018), o ORTO-15 apresenta inconsistências em relação às características psicométricas, como na estrutura interna, nas dúvidas sobre a interpretação das pontuações do questionário e nas limitações da validade do conteúdo. Ainda, é sugerido tratar-se de um instrumento inadequado para distinguir entre alimentação saudável e o comer saudável patológico (Dunn et al. 2017). Contudo, até o momento, para amostras brasileiras, trata-se do único instrumento disponível para identificar o risco de comportamento ortoréxico.

4 Conclusão

Identifica-se que a minoria das alunas dos cursos da área de saúde da UFCG – Campus-Cuité (34%) apresentou comportamento de risco para o desenvolvimento de ortorexia nervosa.

Quanto à análise do estado nutricional por meio do IMC, observou-se que as participantes de peso normal e pré-obesas apresentaram um maior percentual de comportamento de risco, devido a não relação direta com o peso, mas sim, com a qualidade e procedência dos alimentos ingeridos.

Contudo, ainda são necessários outros estudos em todo o país e ao redor do mundo, para que se obtenham dados mais abrangentes e seja possível criar um perfil epidemiológico. Faz-se necessário uma conscientização e abordagem acerca do tema, em especial aos que lidam com a promoção da saúde, por atuarem diretamente com os possíveis grupos de risco.

5 Referências

ASIL, E.; SÜRÜCÜOĞLU, M. S. Orthorexia Nervosa in Turkish Dietitians. **Ecology of Food and Nutrition**. v. 54, n. 4, p. 303-1, 2015.

BARRADA, J. R.; RONCERO, M. Bidimensional structure of the orthorexia: development and initial validation of a new instrument. **Annals of Psychology**. v. 34, n. 2, p.283-91, 2018.

BO, S. et al. University courses, eating problems and muscle dysmorphia: are there any associations? **Journal of Translational Medicine**. v. 7, n. 12, p. 2-21, 2014.

BRANDÃO, V. C. S.; XAVIER, W. S.; AMBRÓSIO, C. L. B.; SANTANA, R. A. Prevalência de ortorexia nervosa em graduandos universitários da área de saúde: uma revisão descritiva. **Research, Society and Development**. v. 10, n. 8, 2021.

CAMILLO, G. M. Ortorexia nervosa: uma revisão de literatura sobre seus aspectos gerais. **BWS Journal**. v. 5, p. 1-9, 2022.

CÂNDIDO, A. P. **Prevalência da Ortorexia Nervosa em Estudantes da Área de Educação da Universidade Federal de Campina Grande – CES – Campus de Cuité – PB**. 2017. 90 f. Trabalho de Conclusão de Curso Universidade Federal de Campina Grande, 2017.

DELL'OSSO, L. et al. Prevalence and characteristics of orthorexia nervosa in a sample of university students in Italy. **Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**. v. 23, n. 1, p. 55-65, 2018.

DONINI, L. M. et al. Orthorexia nervosa: a preliminary study with a proposal for diagnosis and an attempt to measure the dimension of the phenomenon. **Eat Weight Disord**. v. 9, n. 2, p.151-7, 2004.

DUNN, T. M. et al. Prevalence of orthorexia nervosa is less than 1%: data from a US sample. **Eat Weight Disord.** v. 22, n. 1, p. 185-92, 2017.

GUBIEC, E. et al. Problem ortoreksji w grupie studentów kierunku dietetyka [Orthorexia in a group of dietetics students]. **Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu.** v. 21, n.1, p. 95-100, 2015.

LORENZON, L. F. L.; MINOSSI, P. B. P.; PEGOLO, G. E. Ortorexia nervosa e imagem corporal em adolescentes e adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria.** v. 69, n. 2, p. 117-25, 2020.

LUNA, C. A.; BELMONTE, T. S. Ortorexia nervosa: um desafio para nutrólogo. **Internacional Journal of Nutrology.** v. 9, n. 1, p. 128-139, 2016.

MARCHI, P.; BARATTO, I. Prevalência de ortorexia nervosa em acadêmicos do curso de nutrição em uma instituição de ensino superior no sudoeste do Paraná. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.** v. 12, n. 74, p. 699-706, 2018.

PENAFORTE, F. R. O.; BARROSO, S. M.; ARAÚJO, M. E.; JAPUR, C. C. Ortorexia nervosa em estudantes de nutrição: associações com o estado nutricional, satisfação corporal e período cursado. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria.** v. 1, n. 67, p. 18-24, 2018.

PONTES, J. B.; MONTAGNER, M. I.; MONTAGNER, M. A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15. **Demetra.** v. 9, n. 2, p. 533-548, 2014.

RODRIGUES, B. C. et al. Risco de ortorexia nervosa e o comportamento alimentar de estudantes de nutrição. **Scientia Plena.** v. 13, n. 7, 2017.

RODRIGUES, C. J. M. et al. Ortorexia nervosa versus ortorexia saudável: uma nova maneira de se comportar. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo,** v. 9.n. 05. p. 4019 – 4029, 2023.

SOUZA, Q. J. O. V.; RODRIGUES, A. M. Comportamento de risco para ortorexia nervosa em estudantes de nutrição. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria.** v. 63, n. 3, 2014.