

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CAMPUS PROF. ANTONIO GARCIA FILHO
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO

LARISSA DE SOUZA XISTO

**FATORES ASSOCIADO A COMPULSÃO ALIMENTAR ENTRE
UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA**

LAGARTO-SE
2022

LARISSA DE SOUZA XISTO

**FATORES ASSOCIADO A COMPULSÃO ALIMENTAR ENTRE
UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO NARRATIVA**

Trabalho de Conclusão de
Curso apresentado ao curso de
Nutrição, da Universidade
Federal de Sergipe.

Orientadora: Prof. Dra. Diva
Aliete Santos Vieira

LAGARTO-SE
2022

RESUMO

Introdução: A elevada prevalência de compulsão alimentar entre os universitários pode trazer prejuízos na saúde tanto mental como física, e também problemas no desempenho em papéis sociais, insatisfação com a vida. Diversos fatores podem estar associados ao desenvolvimento da compulsão alimentar e a identificação dos mesmos pode auxiliar no direcionamento de ações para a recuperação da saúde desse estudante. **Objetivo:** Revisar os fatores associados da compulsão alimentar em universitários. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa, na qual foram selecionados artigos das bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), por meio dos descritores “Estudantes”, “Students”, “Universidade”, “University”, “Transtorno da Compulsão Alimentar”, “Binge-Eating Disorder”, utilizando os operadores booleanos OR e AND. **Resultados:** Observou-se que os principais fatores associados a compulsão alimentar foram ser do sexo feminino, insatisfação com a imagem corporal, excesso de peso, estresse, presença de sintomas depressivos, ser da área da saúde e pior percepção da saúde. **Conclusão:** A identificação de fatores associados a compulsão alimentar em universitários auxiliará no direcionamento de políticas e ações para o combate dessa desordem nessa população vulnerável.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	5
2. METODOLOGIA	6
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	7
4. CONCLUSÃO	11
REFERÊNCIA	12

1. INTRODUÇÃO

A compulsão alimentar é a ingestão desnecessária e descontrolada de uma quantidade de alimentos dentro do intervalo de duas horas. A rapidez na ingestão de uma refeição, consumo exacerbado com ausência de fome, vergonha de comer em público devido a quantidade dos alimentos consumidos, e a sensação de culpa após a refeição, são aspectos associados à compulsão alimentar. As progressões dos episódios de compulsão alimentar podem levar a um estado definido como Transtorno de Compulsão Alimentar (TCA), cujos distúrbios acontecem, em média, uma vez por semana durante 3 meses. Diante disso, não são considerados compulsão alimentar a ingestão de lanches contínuos durante o dia e em pequenas quantidades, como também não há uma especificidade no tipo de alimento, e sim um desequilíbrio na quantidade de alimento ingerido (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Os episódios de compulsão alimentar podem ser diagnosticados através de um questionário autoaplicável, desenvolvido por Gormally et al (1982), sendo caracterizados clinicamente em níveis de gravidade, os quais são diagnosticados em leve (1 a 3 episódios por semana), moderada (4 a 7 episódios por semana), grave (8 a 13 episódios por semana) e grave extrema (14 ou mais episódios por semana) (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) o transtorno de compulsão alimentar atinge cerca de 2,6% da população no mundo, sendo o Brasil o país em desenvolvimento com maiores taxas de compulsão alimentar, atingindo cerca de 4,7% dos brasileiros. Apesar de ser considerado um transtorno de ampla origem, os fatores que mais se destacam como gatilhos para a obtenção desse distúrbio são: restrições dietéticas, baixa autoestima, ansiedade, estresse, depressão e abuso de álcool (JACOBI et al., 2004; PIVETTA, 2010; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

O número de pessoas com compulsão cresce em grande escala, trazendo prejuízos na saúde tanto mental como física, e também problemas no desempenho em papéis sociais, insatisfação com a vida relacionada a saúde. Os jovens são indivíduos com maior vulnerabilidade, pois são pessoas que enfrentam mudanças decorrentes de um estilo de vida mais adulto; com cobranças relacionadas a carreira, emprego e estabilidade; o que pode gerar momentos de estresse e compulsividade (HORTA et al., 2006).

É notável o aumento da compulsão a alimentar entre os jovens, principalmente os universitários. Essa população tem dificuldade em lidar com suas emoções, como estresse, ansiedade, tristeza, tédio; sendo essas emoções agravadas pela cobrança e preocupação excessiva que a vida acadêmica traz. Esse transtorno prolongado serve de gatilho para possíveis patologias como obesidade, diabetes, depressão, devido ao autoconsumo de alimentos (FERNANDES et al; 2014). Ademais, a compulsão alimentar pode comprometer a qualidade de vida, gerando sofrimentos psicológicos e físicos (VITOLLO, HORTA e BERTOLINI. 2006). Dessa forma o objetivo do presente trabalho foi revisar os fatores associados da compulsão alimentar em universitários.

2. METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão narrativa, na qual foram selecionados artigos das bases de dados Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), National Library of medicine (PUBMED) por meio dos descritores “Estudantes”, “Students”, “collegestudent”, “Universidade”, “University”, “Transtorno da Compulsão Alimentar”, “Bingeeating Disorder”, utilizando os operadores booleanos OR e AND.

Como critérios de inclusão adotou-se: artigos publicados em inglês, português, espanhol, recorte temporal de 01 de janeiro de 2001 a 01 de novembro 2018, artigos disponíveis na íntegra, estudos de revisão sistemática com ou sem metanálise, ensaios clínicos randomizados controlados, ensaios clínicos controlados sem randomização, estudos de casos-controle, estudos de coorte e estudos transversais publicados. Excluiu-se opinião de autoridades, relatórios de comitês de especialistas e editoriais, além daqueles que não apresentavam informações sobre gatilhos de transtorno da compulsão alimentar entre universitários.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na seleção inicial foram identificados, 20 artigos. Após aplicar os critérios de elegibilidade, obteve-se 16 estudos. Após a leitura do título e o resumo dos trabalhos, aqueles que apresentavam informações sobre fatores associados a presença de transtorno da compulsão alimentar entre universitários obteve-se uma amostra final de 5 artigos.

Os principais achados dos trabalhos selecionados estão no quadro 1. Observou-se que os principais fatores associados a compulsão alimentar foram ser do sexo feminino, insatisfação com a imagem corporal, excesso de peso, estresse, presença de sintomas depressivos, ser da área da saúde e pior percepção da saúde.

Segundo a APA (2014) a compulsão alimentar é comum tanto entre adolescentes quanto universitários. Relata Oliveira (1999) que a fase da faculdade representa um período de transição rumo a vida profissional, por isso os jovens se sacrificam para ter sua independência, o que pode gerar problemas emocionais como ansiedade, e para consolidação de uma vida satisfatória, dentro dos padrões exigidos pela sociedade, como um bom emprego, estabilidade financeira, e também padrões de beleza imposta pelo meio social.

Diante disso, os jovens universitários é um público vulnerável a problemas psicológicos, o que pode ser visto em um estudo realizado na Universidade Campos Dourados com 422 estudantes, no qual 43 deles apresentavam compulsão alimentar moderada a grave e cerca de 10,19 % que apresentavam compulsão eram novatos da universidade, com predominância do sexo feminino (FERNANDES; et al 2014). A universidade é um local que além da busca de conhecimentos para a formação técnica, é um meio de interação social, em que os mesmos se sentem cobrados tanto pela família para busca de um bom emprego, como também lidam com a própria competição imposta pelos jovens; sendo um local propício para desenvolvimento da compulsão alimentar. Ademais, o jovem universitário é pressionado a realizar diversas escolhas, inclusive no que diz respeito a entrada da universidade e pressão da família e da sociedade para se ter um corpo magro, sintoma relacionado aos transtornos alimentares (MORGAN, et al 2002).

Em um estudo realizado no Mato Grosso, em 2010 com 1.207 adolescentes de 15 a 17 anos de idade, foi observado os fatores que mais estão associados a compulsão

alimentar, e constatou-se que a maioria dos indivíduos que apresentaram compulsão foi do sexo feminino e de cor parda. Foram avaliados aspectos relacionados ao estilo de vida como o abuso de álcool, e a prática de atividade física, no qual foi verificado que pessoas que faziam o uso de bebidas alcoólicas mais de três vezes por semana e que não praticava atividades física apresentavam episódios de compulsão (PIVETTA et al., 2010).

Evidência sugere maior prevalência de TCA em mulheres de raça branca, indivíduos obesos e que buscam tratamentos para a redução de peso (HOFELMANN, 2017). Dados de um estudo realizado com 81 estudantes de ambos os sexos, do curso de Nutrição da Universidade de Petrolina-PE, no qual se investigou a prevalência do transtorno de compulsão alimentar e a síndrome de comer noturno, observou-se que 7% dos universitários do sexo feminino apresentavam TCA e em comparação com 3% do sexo masculino (VERLENE et al., 2016).

A obesidade, exposição da mídia, a falta da atividade física em jovens e adolescentes são fatores relacionados a compulsão alimentar, o que pode estar relacionado a percepção da imagem corporal. Segundo Pisco (2013) há um predomínio de transtorno alimentar em indivíduos insatisfeitos com o corpo e peso. E para alguns autores como Tramontt, Schneideer e StenzeL (2014) quanto mais jovem for o indivíduo, mais suscetível a padrões de beleza, o que agrava a ocorrência de possíveis transtornos. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a prevalência de compulsão alimentar na população geral era de 1,3 milhões em 2013, sendo que a prevalência é maior em pessoas que buscam tratamento para perda de peso em cerca de 15 a 30,1% da população (PETRIBU et al., 2006).

Diante do estresse, pressão psicológica que indivíduos enfrentam diante do processo de perda de peso, com restrições alimentares, como meio para perda de peso, os mesmos estão sujeitos a mais episódios de compulsão alimentar. Segundo Bittencurt et al. (2012) existe uma relação de compulsão alimentar e sintomas de depressão grave em mulheres que fazem tratamentos para perda de peso.

Em um estudo realizado em 2003 em universitárias de diferentes áreas (exatas, humanas e saúde) de uma instituição privada da cidade de São Leopoldo (RS), cujo objetivo foi testar a hipótese de que as mulheres que trabalhavam e estudavam na área de saúde apresentavam maior incidência de distúrbios no comportamento alimentar, verificou-se que 18,1% das universitárias apresentavam compulsão alimentar, sendo a prevalência maior (11,4 %) entre aquelas que com IMC igual ou maior que 25 kg/ m².

Com isso, a maior frequência de compulsão alimentar foi em universitárias da área de saúde e com idade igual ou menor que 20 anos, e que o resultado é inverso em relação a área de humanas, o que requer mais investigações a respeito dos fatores que possam acarretar a compulsão alimentar (VITOLLO et al., 2005).

Quadro 1. Fatores associados a compulsão alimentar em universitários. Lagarto, 2022.

AUTORES/ANO	TIPO DE ESTUDO	AMOSTRA	OBJETIVOS	MÉTODOS	RESULTADOS
PENAFOR; MATTA; JAPUR, 2016	Estudo exploratório transversal	Foram avaliados estudantes de 18 à 30 anos.	Estimar-se a associação entre estresse, comportamento alimentar e consumo alimentar nos estudantes.	Questionário e Escala de estresse percebido para analisar níveis de estresses e comportamento alimentar.	Estudantes com maior nível de estresse estão associados ao comportamento emocional e estresse alimentar.
MATOS, 2018	Transversal	Avaliou-se 1608 Universitários ingressantes em universidade pública de Cuiabá-MT	Analisar a prevalência de comportamentos alimentares desordenados e fatores associados em estudantes universitários.	Coletou-se informação de autopercepção da imagem corporal, estresse percebido, sintomas depressivos e questões sobre comportamentos alimentares desordenados nos últimos três meses (compulsão alimentar, purgação e restrição alimentar).	A prevalência de comportamentos alimentares desordenados foi de 4,4% para compulsão alimentar. Os fatores associados a compulsão alimentar foram ser do sexo feminino (OR=3,76; IC95%: 2,09;6,76), consumo de bebidas alcoólicas (OR=1,74; IC95%: 1,03;2,94), insatisfação

					com a imagem corporal (OR=3,34; IC95%: 1,17;9,48), excesso de peso (OR=2,87; IC95%: 1,72;4,78), estresse percebido elevado (OR=2,54; IC95%: 1,28;5,05) e presença de sintomas depressivos (OR=1,94; IC95%: 1,10;3,43).
MARTÍNEZ GONZÁLEZ et al., 2014	Transversal	Avaliou-se 1306 estudantes universitários espanhóis.	Determinar a prevalência de transtorno alimentar compulsivo em jovens universitários e seus fatores associados	Os hábitos alimentares foram avaliados por meio do questionário SCOFF (Sick, Control, One, Fat, Food), instrumento de medida para detectar a possível existência de transtornos alimentares	A prevalência de TCA foi de 19,5%, maior em mulheres (ORa=1,59; p=0,006). As mulheres em risco de TCA apresentaram depressão (ORa=2,02), dor menstrual (ORa=1,81) e pior percepção de saúde (ORa=1,70). Nos homens, aqueles em risco de TCA mais frequentemente tinham pior percepção da (ORa=2,42).

FERNANDES, 2014	Descritivo		Avaliar a Compulsão Alimentar em estudantes universitários ingressantes.	Utilizou-se o questionário Binge Eating Scale – BES	Mais de 10% dos universitários apresentaram Compulsão
			universitários ingressantes.		Alimentar moderada ou grave. A prevalência foi maior na área das Ciências da Saúde e entre o público feminino da população estudada.

4. CONCLUSÃO

Os principais fatores associados a compulsão alimentar entre universitários foram ser do sexo feminino, insatisfação com a imagem corporal, excesso de peso, estresse, presença de sintomas depressivos, ser da área da saúde e pior percepção da saúde. A identificação desses fatores poderá auxiliar no direcionamento de políticas e ações para o combate dessa desordem nessa população vulnerável.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

JACOBI, C. et al. Aceitar os fatores de risco para transtornos alimentares: aplicação da terminologia de risco e sugestões para uma taxonomia geral, 2004;130(1):19-65.

KLOBUKOSKI, Cristina; HOFELMANN, Doroteia Aparecida. Compulsão alimentar em indivíduos com excesso de peso na Atenção Primária à Saúde: prevalência e fatores associados. **Cad. Saúde colet.**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 4, p. 443-452.

OLIVEIRA, José Ari Carletti. Qualidade de vida em estudantes universitários de educação física. 1999. Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas, Área Saúde Mental) – Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas.

PIVETTA, Loreni Augusta and Gonçalves-Silva, Regina M. V. **Compulsão alimentar e fatores associados em adolescentes de Cuiabá, Mato Grosso, Brasil.** *Cad. Saúde Pública*, Fev 2010, vol.26, no.2, p.337-346. ISSN 0102-311X

VITOLO, R; BORTOLINI, A; HORTA. Prevalência de compulsão alimentar entre universitárias de diferentes áreas de estudo. *Revista psiquiatria*, Rio de Janeiro, p. 20-26, 2006.

FERNANDES, M; REZENDE, F. A compulsão alimentar no ambiente acadêmico. *Revista de Educação*, Dourados, MS, n.3, v2, janeiro a junho de 2014.

PRETIBU, K; RIBEIRO, E; OLIVEIRA, F; BRAZ, C; GOMES, M; ARAUJO, D; ALMEIDA, N; ALBUQUERQUE, P; FERREIRA, M. Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica em Uma População de Obesos Mórbidos Candidatos a Cirurgia Bariátrica do Hospital Universitário Oswaldo Cruz, em Recife – PE. *Arq Bras Endocrinol Metab* vol 50 nº 5 outubro 2006.

TRAMONTT, C; SCHNEIDER, C; STENZEL, L. Compulsão alimentar e bulimia nervosa em praticantes de exercício físico. *Revista brasileira de medicina do esporte* outubro de 2014.

BITENCOURT, S. A; LUCENA- SANTOS, P; MORAES, J. F. D; & OLIVEIRA, M. S. Sintomas de ansiedade e depressão em mulheres com e sem compulsão alimentar participantes de programas de redução de peso. *Tendências psiquiatria psicoterapeuta* 2012.

MORGAN, C; VECCHIATTI; NEGRÃO. A etiologia dos transtornos alimentares: aspectos biológicos, psicológicos e socioculturais. Associação Brasileira de psiquiatria dezembro de 2002.

VERLENE, C; SOUZA, M; SILVA, E; MESSIAS, C. incidência do comer noturno e compulsão alimentar em estudantes de nutrição. Revista Saúde e Pesquisa, v. 10, n. 1, p. 15-23, jan./Abr. 2017.

MATOS, A. Comportamentos alimentares e fatores associados em estudantes universitários. Universidade Federal de Mato grosso do sul. Dissertação apresentada ao programa de pós graduação em nutrição, alimentos e metabolismo 2018.

MARTINEZ-GONZALEZ, Leticia et al. Prevalência de transtornos alimentares em universitários espanhóis e fatores associados: projeto uniHcos. Nutr. Hosp. vol.30 no.4 Madrid outubro 2014.

PENAFORTE; MATTA, N; JAPUR, C. Associação entre estresse e comportamento alimentar em estudantes universitários 2016.