



UNIVERSIDADE TIRADENTES

GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

ANNA CAROLINA MACHADO DE MELO DANTAS

CAMILA DE OLIVEIRA ALVES

**A PREVALÊNCIA DE CASOS DE ORTOREXIA EM ESTUDANTES DA ÁREA DA
SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PARTICULAR DE ARACAJU**

ARACAJU

2022

**ANNA CAROLINA MACHADO DE MELO DANTAS
CAMILA DE OLIVEIRA ALVES**

**A PREVALÊNCIA DE CASOS DE ORTOREXIA EM ESTUDANTES DA ÁREA DA
SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PARTICULAR DE ARACAJU**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Universidade Tiradentes –
Unit, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Nutrição.

DR. HERIBERTO ALVES DOS ANJOS

ARACAJU

2022

**ANNA CAROLINA MACHADO DE MELO DANTAS
CAMILA DE OLIVEIRA ALVES**

**A PREVALÊNCIA DE CASOS DE ORTOREXIA EM ESTUDANTES DA ÁREA DA
SAÚDE DE UMA UNIVERSIDADE PARTICULAR DE ARACAJU.**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Universidade Tiradentes –
Unit, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Nutrição.

APROVADO EM: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Heriberto Alves dos Anjos (Orientador)
Universidade Tiradentes

Nut. MSc. Bruna Nabuco Freire Siqueira (Examinadora)
Universidade Tiradentes

Nut. MSc. Luana Mendonça Cercato (Examinadora)
Universidade Tiradentes

ARACAJU - 2022

RESUMO

A preocupação com uma alimentação saudável é um dos quesitos de suma importância para a saúde física e mental dos indivíduos. Desta forma, haverá um equilíbrio de nutrientes e minerais necessários para o bem estar destes cidadãos, e, até mesmo, impactar positivamente na aceitação da sua forma corporal e socialização. Porém, o extremo cuidado na escolha de alimentos poderá servir de gatilho para transtornos alimentares e ansiedade que prejudicam a saúde no seu âmbito geral. A pesquisa feita é exploratória e descritiva, de forma qualitativa e quantitativa, realizada na Universidade Tiradentes, de forma presencial em formato de questionário. Foi utilizado um formulário que continha 15 perguntas do questionário Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15 Demetra; 2014; 9(2); 533-548 545) traduzido e adaptado para língua portuguesa. E de acordo com os resultados obtidos podemos observar que a incidência de possíveis casos de ortorexia estão, em sua maioria, nos estudantes do curso de Nutrição, em sua maioria mulheres do curso de nutrição, onde obtivemos uma porcentagem maior que 72% nesse público analisado, de grande preocupação com a alimentação ingesta. Desta forma, é nítido demonstrar que há uma incidência preocupante nestes indivíduos.

Palavras-chave: Ortorexia nervosa, Transtornos alimentares, Ansiedade, Universitários, Nutrição, Educação Física.

ABSTRACT

The concern with a healthy diet is one of the most important requirements for the physical and mental health of individuals. In this way, there will be a balance of nutrients and minerals necessary for the well-being of these citizens, and even have a positive impact on the acceptance of their body shape and socialization. However, extreme care in choosing foods can trigger eating disorders and anxiety that harm health in general. The research carried out is exploratory and descriptive, in a qualitative and quantitative way, carried out at Tiradentes University, in person in a questionnaire format. A form containing 15 questions from the Orthorexia nervosa questionnaire was used: cultural adaptation of the Demetra ortho-15; 2014; 9(2); 533-548 545) translated and adapted to Portuguese. And according to the results obtained, we can observe that the incidence of possible cases of orthorexia are mostly in students of the Nutrition course, mostly women of the nutrition course, where we obtained a percentage greater than 72% in this analyzed public. , of great concern with the food intake. Thus, it is clear to demonstrate that there is a worrying incidence in these individuals.

Keywords: Orthorexia nervosa, Eating disorders, Anxiety, University students, Nutrition, Physical Education.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. OBJETIVOS	9
2.2 Objetivo geral	9
2.3 Objetivos específicos	9
3. METODOLOGIA	10
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	11
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	16
REFERÊNCIAS	17
ANEXOS	20

1. INTRODUÇÃO

A mudança ao longo dos anos possui o conceito de beleza e imagem corporal. Antes os alimentos eram escassos e somente a realeza tinha acesso, o corpo volumoso era reverenciado. Atualmente, existe a disponibilidade dos alimentos, e o corpo magro é a referência, como forma de autocontrole e sucesso. Na questão da alimentação, Proença (2010) faz uma afirmação que, o ato de se alimentar é de importância para o ser humano, não por fatores orgânicos, mas por envolver cultura, economia e social. Ela ainda afirma que percebe que o ser humano está separado do alimento.

A ortorexia é descrita como um comportamento que está relacionado à fixação em uma alimentação pura e saudável, ou seja, onde existe uma preocupação excessiva em restringir alimentos maléficos à saúde, que possuam em sua composição substâncias artificiais e processos químicos que alterem a sua forma natural. (Koven, 2013) Ademais, é uma condição psiquiátrica que se enquadra no TOC, gerando no indivíduo sintomas de egodistonia, ansiedade, dificuldade de interação social e depressão; onde torna-se um hábito nocivo à saúde física e mental que, posteriormente, pode ser um gatilho para a entrada em outros transtornos, como a bulimia e anorexia. (Senbonmatsu, 2013).

Além dos problemas nutricionais que os ortoréxicos enfrentam, em razão da dieta extremamente restritiva, também estão propensos a desenvolver ansiedade e depressão, atrapalhando significativamente as relações sociais e afetivas. Há uma análise da relação entre depressão e transtornos alimentares, que são realizados por meio de um projeto e os resultados indicam que existe associação entre as duas patologias. Pacientes com transtorno alimentar, tendem a ter um excessivo consumo de alimentos saudáveis, inclusive o sentimento de culpa e ansiedade, quando consomem alimentos que para eles não são nutricionalmente adequados. (REBUFFO, 2012).

Ademais, os transtornos alimentares são doenças psiquiátricas que geram preocupações excessivas e persistentes com a forma física e/ou alimentar, causando severos prejuízos à saúde do indivíduo. Os transtornos mais relatados são a bulimia nervosa (BN) e a anorexia nervosa (AN), distúrbios em que as pessoas estão excessivamente preocupadas com a forma física e a imagem corporal. (SOUZA; RODRIGUES, 2014).

Grupos específicos de pessoas possuem maior risco de desenvolver transtornos de ortorexia, são eles: estudantes de nutrição, médicos, atletas, profissionais da área da saúde e indivíduos que praticam exercícios físicos regularmente; alto nível socioeconômico, nível de

escolaridade superior e vegetarianos também são grupos de risco para o perfil ortoréxico. (BRATMAN, 1997). Há hipóteses de que condições genéticas, neurobiológicas, neuroanatômicas, neuroquímicas e psicofisiológicas possuem ligação com o transtorno estudado. (DUNN; BRATMAN, 2016).

A crescente preocupação com uma vida mais saudável, aliada ao conhecimento dos muitos fatores que afetam a saúde humana (genéticos, ambientais, comportamentais, culturais, dietéticos, entre outros), tem gerado também maior interesse pelo alcance de uma alimentação saudável. A ideia de que a dieta exerce um importante papel na promoção da saúde e prevenção de doenças está cada vez mais presente na consciência coletiva. (MARTINS et al., 2011)

Além do que foi exposto anteriormente, o ato de fazer dieta refere-se a diversas estratégias e comportamentos para a busca de perda ou ganho de peso. A exagerada restrição alimentar ganha um espaço ainda maior, visto que essa é uma das formas de emagrecimento para os indivíduos. A insatisfação corporal acarreta em uma busca incessante por uma estética perfeita que, por muitas vezes, não existe. E toda essa vaidade exagerada acarreta em transtornos alimentares que, por sua vez, podem trazer consequências prejudiciais ao organismo. (Soihet; Silva, 2018).

Diante destes dados expostos, é de suma importância entender o porquê deste transtorno ser tão presente em estudantes da área da saúde, especificamente os que são “espelhos” de estética e corpos esculturais, e como é possível identificar, tratar e evitar que novos casos sejam identificados.

2. OBJETIVOS

2.2 Objetivo geral

Analisar a prevalência de casos de ortorexia nervosa nos estudantes de uma universidade particular

2.3 Objetivos específicos

- Identificar se as características deste transtorno estão mais presentes nos homens ou mulheres, de acordo com a graduação
- Analisar as possíveis consequências deste distúrbio alimentar na saúde física e emocional.

3. METODOLOGIA

Foi realizado um estudo de caso científico qualitativo com estudantes da área da saúde da instituição de ensino superior UNIT - Universidade Tiradentes. Na análise houve o voluntariado de 98 estudantes de ambos os sexos, acadêmicos dos cursos de Educação Física e Nutrição. Alunos menores de idade também participaram do estudo.

O formulário impresso juntamente com o Termo de livre consentimento foi entregue aos acadêmicos, onde continha um questionário Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15 Demetra; 2014; 9(2); 533-548 545) traduzido e adaptado para língua portuguesa para detecção de casos de ortorexia, as alterações feitas foram em relação as perguntas e as opções sim, não, raramente. A adaptação feita para simplificar o questionário, otimizar o tempo para assinaturas, além de facilitar o entendimento do mesmo.

No formulário continha as seguintes informações: Idade, sexo, curso e período que estava cursando, além disso, buscava analisar características de preocupação com alimentação, rotina e escolhas alimentares, sobre hábitos em locais públicos, compras no mercado, socialização familiar nas refeições, autoestima, aspectos físicos, humor x alimentação e dietas. Este formulário possui 15 questões que avaliam possíveis casos de ortorexia em adultos, com 3 opções de respostas: () sim, () não, () raramente.

Diante do exposto, esta pesquisa buscou identificar casos de ortorexia nos estudantes de Educação Física e Nutrição da Universidade Tiradentes, por apresentarem-se como uma das áreas mais propensas a este transtorno. Durante a investigação, foram avaliados os principais sintomas identificados nos indivíduos que mais assinalaram a opção “SIM” no questionário aplicado, observando quais hábitos e gatilhos podem piorar o cotidiano destes estudantes, mostrando a importância de um acompanhamento nutricional e multidisciplinar que trará todo aporte de nutrientes e minerais necessários para manutenção da saúde física e mental.

Os dados obtidos foram analisados e ilustrados em gráficos em formato de barra e porcentagem pelo Word.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Questionários foram aplicados em 98 alunos da área da saúde, especificamente, dos cursos de Nutrição e Educação Física. 58 alunos de Nutrição e 40 de Educação Física, de ambos os sexos e cursos, além do período do terceiro ao sétimo. No total obtivemos uma média de 49% de público feminino e 47,04% masculino analisados.

Tabela 1: Características pessoais dos estudantes de Nutrição

Idade	%	Período
17 a 20	18,62%	3º, 4º e 6º
21 a 25	28,62%	3º, 4º, 5º, 6º e 7º
26 a 30	4,9%	3º, 5º e 6º
+30	2,94%	4º e 6º

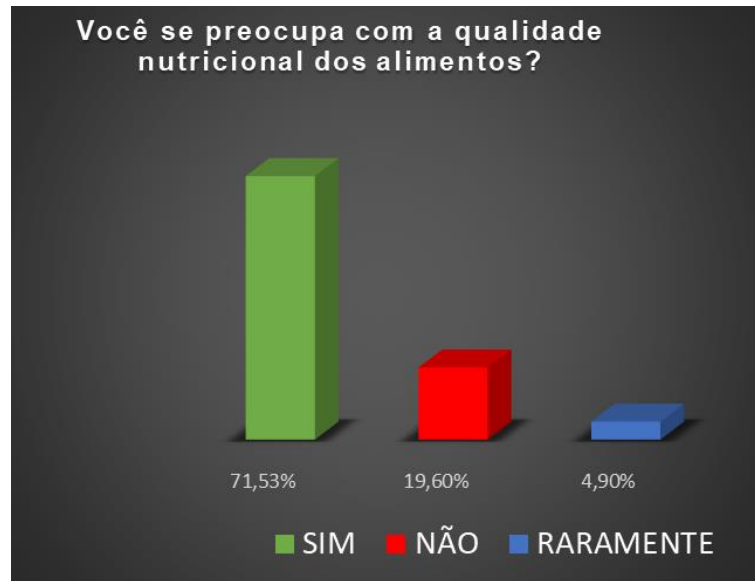
Tabela 2: Características pessoais dos estudantes de Educação Física

Idade	%	Período
17 a 20	3,92%	3º, e 5º
21 a 25	20,58%	3º, 4º, 5º, 6º e 7º
26 a 30	9,8%	5º e 7º
+30	4,9%	5º e 6º

Com idades entre 17 a 20 anos foram analisados em Nutrição 18,62% dos alunos, entre eles 13,72% do terceiro período, 4,9% do quarto período e 1,96% do sexto período. Entre 21 e 25 anos 28,62%, sendo eles 5,1% do terceiro período, 2,94% igualmente entre o quarto e quinto período, 14,7% do sexto e 2,94% do sétimo. Entre 26 a 30 anos, 4,9% no total, 1,96% igualmente do terceiro e quinto e 0,98% do sexto. +30 anos, 2,94% no total, do quarto período 0,98% e do sexto 1,96%.

No curso de Ed. Física foram avaliados, também, com idade entre 17 a 20 anos 3,92%, entre eles 2,94% do terceiro período e 0,98% do quinto. Com 21 a 25 anos, 20,58% no total, entre eles 0,98% igualmente do terceiro e quarto período, 5,88% do quinto, 8,82% do sexto e 3,92 do sétimo. Com 26 a 30 anos, 9,8% no total e 5,88% do quinto e 3,92% do sétimo. +30 anos 4,9% sendo 1,96% do quinto período e 2,94% do sexto.

Gráfico 1: Preocupação acerca da qualidade nutricional dos alimentos.



Conforme os resultados expostos no gráfico 1, existe uma grande preocupação com a qualidade nutricional dos alimentos, estes dados mostram aspectos positivos acerca dos alunos avaliados, mas é importante destacar que a preocupação exagerada é um dos sinais que detectam casos de ortorexia. Segundo Donini et al. (2004) o desejo de comer alimentos saudáveis não é um aspecto negativo, mas quando isso se torna uma obsessão implica diretamente na vida do indivíduo, pode, então, este hábito conduzir à ortorexia. Para Bratman (2013), o objetivo dos indivíduos com comportamento ortoréxico é ingerir alimentos que produzam um bom funcionamento do organismo, no foco de alcançarem um corpo saudável e qualidade de vida.

Gráfico 2: Como são feitas as escolhas alimentares diante do seu estado de saúde.



De acordo com as respostas analisadas na questão 4, a maioria dos participantes relataram que suas escolhas alimentares são feitas de acordo com suas necessidades voltadas ao estado de saúde, ou seja, existe uma preocupação acerca do que se consome entre nutrientes e minerais, visando não só a estética, como também um organismo livre de patologias. É importante frisar que os estudos de Segura-Garcia et al., (2015) e Valera et al. (2014) mostraram uma associação entre a ON e sua maior prevalência após a melhora de preocupações alimentares e de saúde. Na área da saúde, a “alimentação saudável” mostra uma conduta para prevenir doenças e também tende a associar com uma imagem corporal esbelta para aqueles que a ela são adeptos. (SILVA, 2012)

Gráfico 3: Questão 8 - Análise de permissão para refeições livres



Diante das respostas obtidas, 78,4% dos entrevistados assinalaram que se permitem sair da dieta no seu dia-a-dia, enquanto 10,78% disseram que não se permite, e o restante 6,86% raramente saem da rotina alimentar. Houve uma característica positiva acerca da permissão para saídas da dieta, comumente conhecida como “refeição livre”, os estudantes, em sua maioria, se permitem comer alimentos fora da sua rotina alimentar. Já é sabido que restrição alimentar causa episódios de compulsão, podendo ocasionar outros distúrbios alimentares.

Gráfico 4: Alimentação x aceitação e autoestima.



De acordo com os dados observados, mais de 60% dos estudantes relataram que a sua aceitação corporal e autoestima possuem relação com seus hábitos alimentares. Ademais, a insatisfação corporal é visto como um incômodo que o indivíduo vivencia em relação à sua aparência física (Miranda, Conti, Bastos, & Ferreira, 2011).

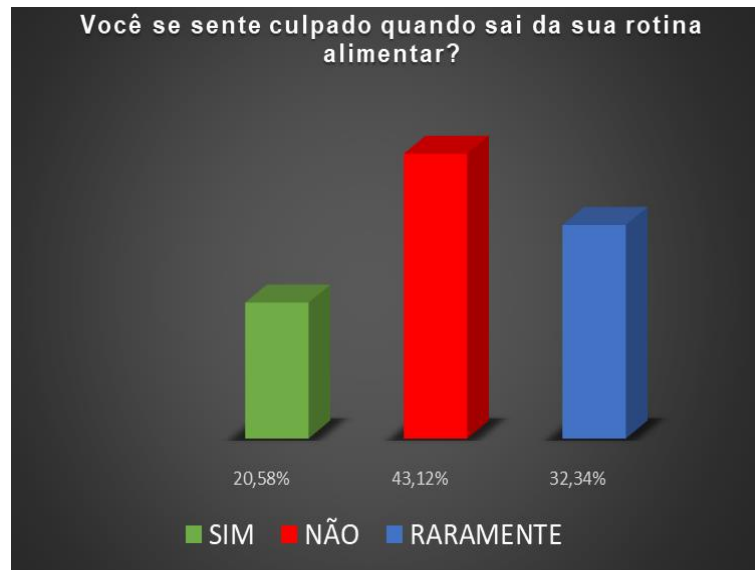
Outro fato preocupante sobre estes transtornos são que, segundo Nascimento (2019), um estudo revelou taxas de frequência relativamente preocupantes de risco de suicídio em graduandos de cursos da área da saúde, onde sintomas de transtorno alimentar e bulimia nervosa foram identificados em 7,4% e 29,1% dos alunos, respectivamente. Aproximadamente 17,3% dos estudantes apresentavam sintomas de depressão e 13,6 apresentavam algum risco de suicídio. Desse modo, os transtornos alimentares aparentemente aumentam o risco de suicídio em comparação com a maioria dos outros transtornos psiquiátricos.

Gráfico 5: Questão 11 - Hábitos alimentares x vida social.



A partir das respostas dos estudantes, 52% disseram que os seus hábitos alimentares impactam no seu convívio social e na escolha de restaurantes a serem frequentados. Enquanto 32,31% não sofrem impacto entre a socialização e alimentação, 10,78% raramente são afetados neste quesito. Segundo Arusoglu et al. (2008) indivíduos que apresentaram dessocialização quando se remete a alimentação, demonstram uma tendência à ortorexia.

Gráfico 6: Sentimento de culpa e rotina saudável.



Diferentemente dos gráficos anteriores, a resposta “não” foi obtida em maior número. Mais de 40% dos estudantes não sentem culpa ao sair da dieta, esta é uma análise positiva acerca da saúde mental e física dos analisados. O sentimento de culpa acarreta em sintomas de ansiedade, depressão e baixa autoestima.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados alcançados através desta pesquisa explanaram uma forte tendência de ortorexia entre os alunos de ambos os cursos. Por se tratar de graduações da área da saúde, onde possui uma forte ligação à estética física, não foram dados que surpreenderam, pois já é sabido que existe uma grande cobrança e apologia à alimentação saudável e corpos magros ou sarados.

Ademais, é de grande valia observar tais comportamentos destes estudantes para que tal transtorno não se prolongue até o fim da graduação, ou seja, é preciso uma conscientização antecipada para que os mesmos não se tornem futuros profissionais que possuam uma relação conturbada com os alimentos e, sim, uma ligação sadia entre mente e corpo, havendo equilíbrio sem restrição.

Não se deve esquecer que o educador físico e o nutricionista têm um papel fundamental na saúde dos indivíduos ortoréxicos, enfatizando a importância da atividade física diária para alcançar uma vida saudável, avaliando clinicamente e fornecendo diagnósticos nutricionais precisos.

REFERÊNCIAS

- ALVARENGA et al. Ortorexia nervosa: reflexões sobre um novo conceito. **Revista de Nutrição**. 2011.
- ALVARENGA, M. DOS S.; SCAGLIUSI, F. B. Tratamento nutricional da bulimia nervosa. **Revista de Nutrição**, v. 23, p. 907–918, out. 2010.
- ARUSOGLU G. et al. Orthorexia nervosa and adaptation of ORTO-11 into Turkish. **Turk J Psychiatr**. 2008; 19(3):1-9.
- BECHARA, A. P. DO V.; KOHATSU, L. N. Tratamento nutricional da anorexia e da bulimia nervosas: aspectos psicológicos dos pacientes, de suas famílias e das nutricionistas. **Vínculo**, v. 11, n. 2, p. 07–18, dez. 2014.
- BENTO, K. B. M. et al. Transtornos alimentares, imagem corporal e estado nutricional em universitárias de petrolina-pe. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 20, n. 3, p. 197–202, 4 ago. 2016.
- BRATMAN, S. Orthorexia vs. theories of healthy eating. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 22, n. 3, p. 381–385, set. 2017.
- CAMPOS, Maria C.; MERCADANTE, Marcos T. Transtorno obsessivo-compulsivo. **Revista brasileira psiquiátrica**. São Paulo, 2000.
- CORDIOLI, Aristides V. Manual de terapia cognitivo-comportamental para o transtorno obsessivo-compulsivo. **Artmed editora ltda**. 2ª ed. Porto Alegre, 2014.
- DELL’OSSO, L. et al. Historical evolution of the concept of anorexia nervosa and relationships with orthorexia nervosa, autism, and obsessive–compulsive spectrum. **Neuropsychiatric Disease and Treatment**, v. 12, p. 1651–1660, 7 jul. 2016.
- 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. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**, v. 9, n. 2, p. 151–157, 2004.
- FURTADO, G. C.; SILVA, R. DE A. A.; PEDROSA R. L. A psicanálise e suas contribuições no trabalho integrado com educadores físicos e nutricionistas na prevenção de anorexia e bulimia. **Universitário Tiradentes – UNIT/AL**, 2008.
- LIRA, A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 164–171, set. 2017.
- KOVEN, N. S.; SENBONMATSU, R. A neuropsychological evaluation of orthorexia nervosa. **Open Journal of Psychiatry**, v. 3, n. 2, p. 214–222, 10 abr. 2013.
- LEITE, R.P.P.; Diniz, T.M. O papel da nutrição comportamental no tratamento dos transtornos alimentares e na distorção da imagem. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**. Brasília: UNICEPLAC, 2020.
- LIRA, A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 164–171, set. 2017.

- MAGALHÃES, L. M.; BERNARDES, A. C. B. E; TIENGO, A. A influência de blogueiras fitness no consumo alimentar da população. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 68, p. 685–692, 2017.
- MARTINS, M. C. T. et al. Ortorexia nervosa: reflexões sobre um novo conceito. **Revista de Nutrição**, v. 24, p. 345–357, abr. 2011.
- MATEO-MARTÍNEZ, G.; SELLÁN-SOTO, M. C. On a correct diet: exploration of the orthorexia construct from the essential nuclei of experimental discourse. **Escola Anna Nery**, v. 21, 8 jun. 2017.
- NIEDZIELSKI, A.; KAZMIERCZAK-WOJTAŚ, N. Prevalence of Orthorexia Nervosa and Its Diagnostic Tools—A Literature Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 10, p. 5488, 20 maio 2021.
- NUNES, R. M. Transtorno da Compulsão Alimentar Periódica (TCAP) e a abordagem da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC). TESE (Grau de Bacharel em Nutrição). Universidade Federal de Juiz de Fora, 2012.
- OLIVEIRA, A. G. et al. Caracterização dos pacientes com transtorno obsessivo compulsivo: um estudo epidemiológico. **Cogitare Enfermagem**, vol. 17, n. 4, 2012.
- OLIVEIRA, M. F. et al. Relação entre comportamentos de risco para ortorexia nervosa, mídias sociais e dietas em estudantes de nutrição. **Saúde e Pesquisa**, [S.L.], v. 14, n. 1, p. 1-15, 20 dez. 2021. Centro Universitário de Maringa.
- PEREIRA, M. H. de M.; PENA, P. G. L.; FERNANDES, R. de C. P. Conflitos e estratégias dos trabalhadores de enfermagem na emergência de uma maternidade pública. **Estudos de Saúde, Ambiente e Trabalho**: aspectos socioculturais, p. 79-107, 2017. EDUFBA.
- PONTES, J. B.; & MONTAGNER, M. I.; MONTAGNER, M. A. Ortorexia nervosa: adaptação cultural do ORTO-15. **Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 9, n. 2, 2014.
- POULAIN, J.-P.; PROENÇA, R. P. DA C. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. **Revista de Nutrição**, v. 16, p. 245–256, set. 2003.
- RAMOS, D. C.; COELHO, T. C. B. Representação social de mães sobre alimentação e uso de estimulantes do apetite em crianças: satisfação, normalidade e poder. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 27, p. 233–254, mar. 2017.
- REBUFFO, M.; SIRAVEGNA, M. S.; MEDRANO, L. A. Comorbilidad depresiva em mujeres con trastornos de conducta alimentaria. **Psicología y Salud**, v. 22, n. 2, p. 215– 224, 2012.
- SEGURA-GARCÍA, C. et al. Orthorexia nervosa: a frequent eating disordered behavior in athletes. **Eating and weight disorders: EWD**, v. 17, n. 4, p. e226-233, dez. 2012.
- SILVA, A. M. B. et al. Jovens Insatisfeitos com a Imagem Corporal: Estresse, Autoestima e Problemas alimentares. **Psico-USf**, v. 23, n. 3, p. 483-495, jul. 2018. FapUNIFESP.
- SILVA, B.; MARTINS, E. Mindful Eating na Nutrição Comportamental. **Revista Científica Univiçosa**, vol.9, n.1, 2017.
- SOUZA, L. V. e S.; SANTOS, M. A. dos. A participação da família no tratamento dos transtornos alimentares. **Psicologia em Estudo**. 2010, v. 15, n. 2, pp. 285-294.
- VARGAS, E. G. A. A influência da mídia na construção da imagem corporal. **Revista Brasileira Nutrição Clínica**, p. 3, 2014.

WOJTAS, N.K; NIEDZIELSKI, Antoni. Prevalência de ortorexia nervosa e suas ferramentas de diagnóstico - uma revisão de literatura. **Int Jornal Environ Res Saúde Pública**, n. 18, p.10, 2021.

YILMAZ, Hamdi et al. Association of Orthorexic Tendencies with Obsessive-Compulsive Symptoms, Eating Attitudes and Exercise. **Neuropsychiatr Dis Treat**, 2020.

ANEXOS

ANEXO 1: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, _____, abaixo assinado, autorizo a Universidade Tiradentes, por intermédio do(a)s aluno(a)s, Anna Carolina Machadado de Melo Dantas, Camila de Oliveira Alves devidamente assistido(as) pela seu(a) orientador(a) Heriberto Alves dos Anjos, a desenvolver a pesquisa abaixo descrita:

1- Título da pesquisa: A incidência de casos de ortorexia em estudantes da área da saúde de uma universidade particular de Aracaju.

2-Objetivos Primários e secundários: Realizar uma pesquisa para coletar dados sobre incidências ortoréxicas e possíveis causas.

3-Descrição de procedimentos: Aplicação de questionário, coleta de dados (idade, curso e período cursado)

4-Justificativa para a realização da pesquisa: Pesquisa para trabalho de conclusão de curso.

5-Desconfortos e riscos esperados: Não há riscos e desconfortos no questionário proposto.

6-Benefícios esperados: Identificação de possíveis psicopatologias.

7-Informações: Os participantes têm a garantia que receberão respostas a qualquer pergunta e esclarecimento de qualquer dúvida quanto aos assuntos relacionados à pesquisa. Também os pesquisadores supracitados assumem o compromisso de fornecer informações atualizadas obtidas durante a realização do estudo.

8-Retirada do consentimento: O voluntário tem a liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e deixar de participar do estudo, não acarretando nenhum dano ao voluntário.

9-Aspecto Legal: Elaborado de acordo com as diretrizes e normas regulamentadas de pesquisa envolvendo seres humanos atende à Resolução CNS nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde do Ministério de Saúde - Brasília – DF.

10-Confiabilidade: Os voluntários terão direito à privacidade. A identidade (nomes e sobrenomes) do participante não será divulgada. Porém os voluntários assinarão o termo de consentimento para que os resultados obtidos possam ser apresentados em congressos e publicações.

11-Quanto à indenização: Não há danos previsíveis decorrentes da pesquisa, mesmo assim fica prevista indenização, caso se faça necessário.

12-Os participantes receberão uma via deste Termo assinada por todos os envolvidos (participantes e pesquisadores).

13-Dados do pesquisador responsável: _____

Nome: _____

Endereço profissional/telefone/e-mail: _____

ATENÇÃO: A participação em qualquer tipo de pesquisa é voluntária. Em casos de dúvida quanto aos seus direitos, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tiradentes.

CEP/Unit - DPE

Av. Murilo Dantas, 300 bloco F – Farolândia – CEP 49032-490, Aracaju-SE.

Telefone: (79) 32182206 – e-mail: cep@unit.br.

Aracaju, ___ de ___ de 2022.

ASSINATURA DO VOLUNTÁRIO

ASSINATURA DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL

ANEXO 2: QUESTIONÁRIO PARA COLETA DE DADOS

QUESTIONÁRIO PARA DADOS DO ESTUDO CIENTÍFICO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

(Questionário Ortorexia nervosa: adaptação cultural do orto-15 Demetra; 2014; 9(2);
533-548 545)

Idade:

Sexo:

Curso:

Período:

1. Você se preocupa com a qualidade nutricional dos alimentos que consome?

SIM NÃO RARAMENTE

2. Quando você vai a um mercado de alimentos, se sente confuso a respeito do que deve comprar?

SIM NÃO RARAMENTE

3. Nos últimos 3 meses, você tem se preocupado com a sua alimentação?

SIM NÃO RARAMENTE

4. As suas escolhas alimentares são determinadas pela preocupação com seu estado de saúde?

SIM NÃO RARAMENTE

5. O sabor é a qualidade mais importante que você leva em consideração ao escolher um alimento?

SIM NÃO RARAMENTE

6. Normalmente, você está disposto a pagar mais por alimentos saudáveis?

SIM NÃO RARAMENTE

7. A preocupação com alimentação saudável toma mais de três horas do seu dia?

SIM NÃO RARAMENTE

8. Você se permite “sair da dieta” da sua rotina alimentar?

SIM NÃO RARAMENTE

9. Acredita que o humor possui interferência na escolha dos alimentos a serem consumidos?
Ex: doces, frituras e guloseimas.

SIM NÃO RARAMENTE

10. O seu consumo alimentar possui impacto com a sua aceitação e autoestima?

SIM NÃO RARAMENTE

11. Você acha que o consumo de alimentos saudáveis modifica seu estilo de vida (ida a restaurantes, amigos...)?

SIM NÃO RARAMENTE

12. Você acredita que consumir alimentos saudáveis pode melhorar o seu aspecto físico?

SIM NÃO RARAMENTE

13. Você se sente culpado(a) quando sai da sua rotina alimentar?

SIM NÃO RARAMENTE

14. Você pensa que no mercado existem alimentos não saudáveis?

SIM NÃO RARAMENTE

15. Ultimamente, você costuma estar sozinho(a) quando se alimenta?

SIM NÃO RARAMENTE