

# PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO, EDUCAÇÃO FÍSICA E ESTÉTICA E COSMÉTICA SOBRE TRANSTORNOS ALIMENTARES: UMA ANÁLISE QUALITATIVA

Julia Barzotto Wegener<sup>1</sup>

Flávia Melo<sup>1</sup>

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA<sup>1</sup>

## RESUMO

Este estudo qualitativo investigou a percepção de estudantes dos cursos de Nutrição, Educação Física e Estética e Cosmética sobre os transtornos alimentares. A coleta de dados foi realizada por meio de grupo focal com sete participantes, e as falas foram analisadas segundo a técnica de Análise de Conteúdo de Bardin (2016). Emergiram categorias relacionadas à pressão social e acadêmica, influência das redes sociais, autoexigência, comportamentos alimentares de risco e fatores percebidos como protetores associados ao conhecimento adquirido na graduação. Os resultados indicaram percepções heterogêneas sobre o tema, com estudantes que demonstraram compreensão conceitual consistente e outros que apresentaram desconhecimento ou associações equivocadas. Observou-se ainda contradição entre o reconhecimento de práticas de risco e a negação de sua ocorrência entre colegas, indicando processos de naturalização e estigmatização. Conclui-se que os estudantes apresentam percepções distintas sobre os transtornos alimentares, com maior consistência conceitual entre estudantes de Nutrição, enquanto nos demais cursos predominam compreensões mais superficiais e estigmatizadas, sendo comum a todos os cursos a contradição na identificação de comportamentos de risco.

**Palavras-chave:** Transtornos alimentares; Estudantes universitários; Imagem corporal; Pressão estética;

## INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares (TA) são definidos como alterações persistentes nos hábitos alimentares ou nos comportamentos relacionados à ingestão alimentar, capazes de comprometer a saúde física e o bem-estar psicossocial (DSM-5, 2023). Entre os fatores associados ao seu desenvolvimento, destacam-se a supervalorização da magreza e a pressão social por padrões estéticos, que contribuem para comportamentos de risco, como restrição alimentar, compulsão e práticas compensatórias, frequentemente acompanhados de baixa autoestima e distorção da imagem corporal (Romaro & Itokazu, 2002).

Estudos apontam que estudantes da área da saúde constituem um grupo mais vulnerável ao desenvolvimento de TA, devido à combinação de conhecimento técnico sobre corpo e alimentação, pressão estética e rigorosa autoavaliação corporal.

Pesquisas mostram que acadêmicas de Nutrição e Educação Física apresentam maiores escores em instrumentos de rastreio, como o EAT-26, quando comparadas a estudantes de outras áreas, sendo as de Nutrição particularmente suscetíveis a distorções da imagem corporal e comportamentos de risco (Laus et al., 2009; Reis & Soares, 2017; Silva et al., 2013).

Nesse sentido, compreender a percepção dos estudantes de cursos da saúde sobre os transtornos alimentares mostra-se relevante para subsidiar estratégias de prevenção e intervenção mais eficazes, considerando a alta prevalência em jovens universitárias (Morais et al., 2017). Além disso, a investigação desse fenômeno contribui para reflexões sobre a formação acadêmica, ressaltando a importância de discussões interdisciplinares acerca da saúde, da alimentação e da imagem corporal no ensino superior. Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar a percepção de estudantes dos cursos de Nutrição, Educação Física e Estética e Cosmética acerca dos transtornos alimentares.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Este estudo, de abordagem qualitativa, buscou compreender as percepções de estudantes de Nutrição, Educação Física e Estética e Cosmética sobre transtornos alimentares, insatisfação corporal e impactos no desempenho acadêmico. A coleta de dados foi realizada por meio de grupo focal, conduzido de forma semiestruturada em agosto de 2025, na UniEvangélica. Participaram sete estudantes voluntários, de diferentes períodos e cursos, convidados em sala de aula e por contatos acadêmicos. As discussões foram mediadas por uma moderadora, registradas em áudio e transcritas integralmente para análise de conteúdo. Os dados qualitativos foram analisados por meio da Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2016), seguindo as etapas de pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, permitindo a categorização e interpretação das percepções dos estudantes.

O roteiro abordou questões relacionadas à compreensão dos transtornos alimentares, pressão estética, influência do ambiente acadêmico e impacto das redes sociais na percepção corporal. Para estimular a interação, utilizaram-se dinâmicas e recursos visuais. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UniEvangélica (parecer nº 7.592.371), e todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo confidencialidade das informações.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Através da Análise de Conteúdo de Bardin (2016) identificou-se três categorias principais, com doze subcategorias, que refletem as percepções de estudantes de Nutrição, Educação Física e Estética e Cosmética acerca dos transtornos alimentares (TA's).

A pressão social foi apontada como fator de risco, associada à cobrança pela aparência, autoexigência, influência das redes sociais e comparação com padrões irreais. Esse resultado dialoga com estudos que indicam maior vulnerabilidade desses estudantes à internalização de ideais estéticos, relacionando corpo, competência e credibilidade profissional (Santos et al., 2022; Ferrari, Petroski & Silva, 2013; Toral et al., 2016).

Na categoria prevenção ou agravamento, destacou-se a ambivalência do ambiente acadêmico: enquanto o conhecimento pode ser fator protetivo, a pressão estética e o perfeccionismo podem intensificar riscos. A literatura reforça que fatores socioculturais, baixa autoestima e vigorexia estão associados ao desenvolvimento de TA's (Badenes-Ribeira et al., 2019; Nieuwoudt et al., 2015; Halioua et al., 2022; Lammana et al., 2010).

A influência do ambiente acadêmico também se mostrou dual: para alguns, a graduação promove escolhas mais conscientes; para outros, reforça práticas nocivas e a sobrecarga acadêmica. Pesquisas confirmam que a vivência universitária pode representar risco, mas também oportunidade de senso crítico e hábitos saudáveis, a depender da abordagem pedagógica (Costarelli & Patsai, 2012; Mandiola et al., 2022).

Entre as subcategorias, a influência das redes sociais apareceu como gatilho importante, por promover padrões irreais, comparações e rotinas impraticáveis, o que é consistente com evidências sobre aumento da insatisfação corporal associado ao seu uso (Holland & Tiggeman, 2016).

Em síntese, os achados revelam percepções ambíguas: de um lado, o reconhecimento de riscos como pressão estética, redes sociais e estresse acadêmico; de outro, desconhecimento ou negação de práticas prejudiciais entre colegas. Tal ambivalência evidencia lacunas na compreensão dos fatores de risco e uma possível

invisibilidade dos casos devido ao estigma. Os achados indicam que estratégias institucionais devem ir além da formação técnica, contemplando a saúde mental, a redução do estigma e a desnaturalização de práticas nocivas no ambiente universitário.

## **CONCLUSÃO**

Os resultados evidenciam que a percepção dos estudantes de Nutrição, Educação Física e Estética e Cosmética sobre os transtornos alimentares é heterogênea. Observou-se que estudantes de Nutrição apresentaram maior compreensão conceitual acerca desses transtornos, enquanto entre estudantes de Educação Física e de Estética e Cosmética predominaram percepções mais superficiais e associações estigmatizadas. Identificou-se também uma contradição entre o reconhecimento de comportamentos associados a risco e a negação de sua ocorrência entre colegas, indicando dificuldade de identificação dessas práticas no contexto universitário. De modo geral, a percepção dos participantes revela a coexistência de elementos percebidos como protetores e de fatores associados à pressão estética e acadêmica, que influenciam a forma como os transtornos alimentares são compreendidos pelos estudantes.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos à UniEvangélica pelo apoio institucional e pelo financiamento concedido através da bolsa PBIC, que possibilitou a execução e o desenvolvimento deste projeto de pesquisa, contribuindo significativamente para a realização deste estudo.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BADENES-RIBERA, Laura; RUBIO-APARICIO, Maria; SÁNCHEZ-MECA, Julio; FABRIS, Matteo Angelo; LONGOBARDI, Claudio. *The association between muscle dysmorphia and eating disorder symptomatology: A systematic review and meta-analysis*. Journal of Behavioral Addictions, [S. l.], v. 8, n. 3, p. 351–371, 2019. DOI: 10.1556/2006.8.2019.44.

BARDIN, Laurence. *Análise de Conteúdo*. 3ª reimpressão da 1ª Edição de 2016. São Paulo: Edições 70, 2016.

COSTARELLI, Vassiliki; PATSAI, Antonia. Academic examination stress increases disordered eating symptomatology in female university students. *Eating and Weight Disorders*, Turim, v. 17, n. 3, p. e164-169, set. 2012. DOI: 10.1007/BF03325343.

FERRARI, Elisa Pinheiro, PETROSKI, Edio Luiz; SILVA, Diego Augusto Santos. Prevalence of body image dissatisfaction and associated factors among physical education students. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, Porto Alegre, v. 35, n. 2, p. 119–127, 2013. DOI: 10.1590/S2237-60892013000200005.

HALIOUA, Robin; WYSSEN, Andrea; IFF, Samuel; KARRER, Yannis; SEIFRITZ, Erich; QUEDNOW, Boris B; CLAUSSEN, Malte Christian. *Association between muscle dysmorphia psychopathology and binge eating in a large at-risk cohort of men and women*. *Journal of Eating Disorders*, v. 10, art. 109, 2022. DOI: 10.1186/s40337-022-00632-8.

HOLLAND, Grace; TIGGEMANN, Marika. *A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes*. *Body Image*, [S. l.], v. 17, p. 100–110, jun. 2016. DOI: 10.1016/j.bodyim.2016.02.008.

MANDIOLA, Maria Ignacia; ARANCIBIA, Marcelo; ELTON, Victoria; MADRID, Eva; MEZA, Nicolás; STOJANOVA, Jana; LUTZ, Mariane; LEYTON, Fanny. Perfectionism, academic stress and social anxiety in female medical students and the risk for eating disorders. *Revista Médica de Chile*, Santiago, v. 150, n. 8, p. 1046-1053, ago. 2022. DOI: 10.4067/S0034-98872022000801046.

NIEUWOUDT, Johanna E.; ZHOU; Shi, COUTTS; Rosanne A Coutss; BOOKER, Ray. Symptoms of muscle dysmorphia, body dysmorphic disorder, and eating disorders in a nonclinical population of adult male weightlifters in Australia. *Journal of Strength and Conditioning Research*, v. 29, n. 12, p. 3302-3311, 2015. DOI: 10.1519/JSC.0000000000000763.

REIS, Aline Santos dos; SOARES, Luana Padua. Estudantes de nutrição apresentam risco para transtornos alimentares. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, [S. l.], v. 21, n. 4, p. 29881, 2017. DOI: 10.22478/ufpb.2317-6032.2017v21n4.29881.

ROMARO, Rita Aparecida; ITOKAZU, Fabiana Midori. Bulimia nervosa: revisão da literatura. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 15, n. 2, p. 407-412, 2002.

SANTOS, Paola dos; FIN, Thais Caroline; GRIS, Cintia Cassia Tonieto.; HARTMANN, Valeria; ALVES, Ana Luisa Sant'Anna. Risco de transtornos alimentares e insatisfação corporal em mulheres universitárias. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 16, n. 100, p. 60-67, jan./fev. 2022. ISSN 1981-9919.

SILVA, Janiara David, SILVA, Amanda Bertolini de Jesus; OLIVEIRA, Aihancreson Vaz Kirchoff de. Influência do estado nutricional no risco para transtornos alimentares em estudantes de nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 12, p. 3399–3406, dez. 2012.