

TAVARES; EMANUELLE¹, ISLER; GUSTAVO LIMA², SILVA; JÉSSICA LARISSA DA³

RESUMO

A crescente busca por uma alimentação cada vez mais saudável tem se tornado uma obsessão para algumas pessoas. Com o intuito de atingir a perfeição alimentar, estas ingerem apenas alimentos saudáveis e biologicamente puros, adotam dietas radicais e restritivas, e consomem indiscriminadamente suplementos alimentares, demonstrando assim um comportamento denominado de ortoréxico. Tal comportamento, associado ao ato não prazeroso de comer e suas implicações, as quais extrapolam o objetivo fisiológico como evitar o convívio social, insatisfações com a própria imagem corporal e a extrema meticulosidade nas escolhas e na qualidade dos alimentos, é reconhecido como Ortorexia Nervosa (ON). A ON é definida como uma obsessão patológica por alimentos saudáveis, e não é considerada um transtorno alimentar; porém, combinada com isolamento social e comportamentos alimentares desordenados, pode levar a um diagnóstico de transtorno. A extrema rigidez nas escolhas dos alimentos pode afetar a saúde física e psicossocial, sendo que muitos negam o comportamento por se considerarem apenas saudáveis e disciplinados. Estudos apontam que a ON carece ainda de muita investigação, principalmente no Brasil, e que estudantes universitários de cursos da área da saúde como Nutrição, Medicina, Enfermagem, Educação Física, dentre outros, são os mais propensos a desenvolverem este tipo de comportamento, o qual pode estar acompanhado de outros transtornos. Desta forma, este estudo pretende compreender a incidência da ON em universitários matriculados em cursos da área da saúde. A revisão integrativa basear-se-á em um levantamento bibliográfico de artigos publicados com os seguintes descritores: “ortorexia” e “estudantes” em inglês. A coleta de dados ocorreu na base de dados PubMed durante o mês de junho de 2021. Neste período, foram encontradas 69 referências, das quais foram excluídos temas relacionados a outros transtornos alimentares, traços de autismo, dismorfia muscular, vigorexia e pesquisas com estudantes em idade escolar, restando 57 artigos. Durante a análise dos dados, constatou-se um número considerável de estudantes propensos a desenvolverem comportamentos ortoréxicos, geralmente associados a altos níveis de insatisfação corporal e associados à extrema preocupação em se alimentar saudavelmente. O levantamento bibliográfico reforçou a necessidade de ampliação dos conhecimentos em ON, com foco em estudantes universitários da área da saúde e, futuramente, uma abordagem através de questionários de autoavaliação a fim de detectar certos comportamentos, utilizando de ferramentas de diagnóstico como ORTO-15, ORTO-11, EAT-26, etc., e pesquisas de campo. A importância do ato de comer e suas implicações, assim como a evolução de métodos diagnósticos e dos tratamentos, denotam a necessidade de maiores investigações sobre a ON; não por se tratar de um tema relevante e atual, mas também pela crescente tendência deste comportamento ser adotado por uma grande parcela da população que possa desenvolver transtornos alimentares mais graves e até quadros de desnutrição. No caso dos estudantes universitários da área da saúde, pesa também sobre eles a possibilidade de se tornarem futuros profissionais, os quais fornecerão orientações quanto à importância da nutrição, do estilo de vida ativo, do bem-estar, da qualidade de vida e da manutenção da saúde.

PALAVRAS-CHAVE: ORTOREXIA, SAÚDE, UNIVERSITÁRIOS

¹ UNIVERSIDADE DE FRANCA, emanuelle_tavares@hotmail.com

² CENTRO UNIVERSITÁRIO CLARETIANO, gustavoisler@claretiano.edu.br

³ CENTRO UNIVERSITÁRIO CLARETIANO, larissajessica34@gmail.com

¹ UNIVERSIDADE DE FRANCA, emanuelle_tavares@hotmail.com
² CENTRO UNIVERSITÁRIO CLARETIANO, gustavoisler@claretiano.edu.br
³ CENTRO UNIVERSITÁRIO CLARETIANO, larissajessica34@gmail.com