

MAIA; Cássia Helena Barroso Jara¹

RESUMO

Os transtornos alimentares têm origem multifatorial, e se assemelham entre si no consumo, padrão e atitudes alimentares conturbados, que causam sofrimento, além de preocupação com peso e forma corporal. São desencadeados por diversos fatores que interagem entre si de modo complexo para desenvolver e perpetuar a doença, sendo esses classificados como fatores predisponentes, quando aumentam a chance do surgimento e instalação da doença, precipitantes, quando intervêm diretamente no aparecimento da doença e mantenedores, quando a doença já instalada é perpetuada. A Ortorexia Nervosa, do grego orto e orexis, alimentação correta, ainda não é reconhecida como um transtorno alimentar, porém inclui sintomas significativos de comportamentos que a torna muito sensível a ser um novo distúrbio alimentar. O perfil de pessoas que possuem tendência a ortorexia condiz com o de estudantes da área da saúde, dentre as quais Nutrição, que modulam suas atitudes alimentares tendo como influência o ambiente da graduação e as cobranças sociais e pessoais. O objetivo do estudo foi compreender se ingressar no curso de Nutrição seria um fator predisponente para desenvolver Ortorexia Nervosa. Para tal, realizou-se uma revisão integrativa sistemática, nacional e internacional, com base em 12 manuscritos de 2012 a 2018. Compreendeu-se sobre os instrumentos avaliativos acerca da presença de comportamentos com traços ortoréxicos nos estudantes de Nutrição, sendo eles o BOT, ORTO-15 e ORTO-11, bem como a presente relação entre a tendência de conduta ortoréxica com a insatisfação corporal. Em média, a idade dos estudantes era de 22,88 anos, Índice de Massa Corporal de 22,24 kg/m², com avaliação nutricional subsequente de eutrofia. A média para insatisfação corporal esteve presente em 47,91%, com risco de desenvolver Ortorexia Nervosa para 77,92% dos estudantes, segundo resultado dos inquéritos, cujo mais utilizado foi o ORTO-15. O desfecho procedeu com os diferentes papéis que a comida assume, que permeiam aspectos culturais, sociais, emocionais e políticos, e não somente biológicos e nutricionais, estes focados durante a graduação. Ter o conhecimento sobre uma alimentação saudável não é uma doença, entretanto existe uma susceptibilidade dela se tornar uma obsessão e atingir negativamente a vida do indivíduo quando somada a cobrança social, a influência da mídia e o despreparo psicológico dos estudantes durante a graduação, podendo levá-los a um distúrbio alimentar. Conclui-se que a hipótese sobre a graduação em Nutrição ser predisponente a Ortorexia Nervosa é sujeita a negação, e sugere-se que a graduação em Nutrição se torna um fator preceptor do desenvolvimento de traços e comportamentos ortoréxicos.

PALAVRAS-CHAVE: ortorexia, estudantes, nutricao

¹ Pós graduada em Comportamento alimentar pelo Instituto de Pesquisa, Ensino e Gestão em Saúde, cassiahelenaia@gmail.com